

暑い季節を乗り越える、
さっぱり&スタミナ中華。

マーボーひやっこ
麻婆冷奴



麻婆冷奴

【材料】(2人分)

- 合挽きミンチ 80g
- 白ねぎ ¼本
- 絹豆腐 1丁 (200g)
- 油 小さじ1
- 片栗粉 小さじ½
- みそ 大さじ½
- A しょうゆ・砂糖・炒り白ごま・
豆板醤 各小さじ½
- にんにくのすりおろし ... ½片分
- スプラウト・お好みのサラダ野菜・
ラー油 各適量

調理時間
約**10**分

【作り方】

1. 白ねぎはみじん切りにする。
2. フライパンに油を熱し、1、ミンチを炒める。火が通ったらAを加えて炒め合わせ、水¼カップを加えてひと煮する。水溶き片栗粉でとろみをつける。
3. 器にサラダ野菜を盛り、食べやすく切った豆腐、2をのせる。お好みでラー油をかけ、スプラウトをのせる。

今月のコープ商品



co-op コープきんさき共同開発 **にがり充てんとうふ**
200g×2 (毎週企画)
ほんのり甘くなめらかな食感の絹豆腐。

店舗 information 毎日の食卓をゆたかに・楽しく!おいしく!

7/6(土)・7日

毎月恒例
暮らし応援フェア
ポイント**5**倍

※7月ピンゴ 7/6~スタート

7/27(土)

夏土用の丑の日!
臨時ポイント5倍実施!

コープのお店こだわりの
鹿児島県産うなぎの蒲焼で、
暑い夏を元気に乗り切りましょう!

7/5(金)・19(金)

小学校入学前
のお子様がおられる
組合員対象

子育て
応援**5%**引!

7/12(金)・26(金)

「おトクメール」
登録組合員対象
クーポンメールご提示で

5%引!

7/15(月)祝

65歳以上の
シニア登録
組合員対象

いいシニアデー

コープのお店
×

LINE
公式アカウント

**友だち登録
募集中!**

※詳しくは各店舗の
ポスター・チラシで
ご案内しています。

発行 **京都生活協同組合** 発行人: 畑 忠男

〒601-8382 京都市南区吉祥院石原上川原町1-2

☎ 075-672-6304

2019年6月24日・通巻659号 再生紙を使用しています

5月号でお知らせ
しました通り、
今号より紙質が
変わります

商品・配達に関するお問い合わせやご意見など 組合員コールセンター

☎ 0120-11-2800 月~金 8:45~21:00 土 9:00~17:30 (日休み)



<https://www.facebook.com/kyotocoop>