

🍴 今日のいただきま〜す！ 🍴



by くんちゃん



### ぷるんぷあんの中華風サラダ

<材料> 3~4人分

- ・ぷるんぷあん 2かけら・・・熱湯に5分入れて戻した後、ざるに上げて軽く水洗いする
- ・きゅうり 1本・・・千切り
- ・にんじん お好みで・・・ごく薄くスライスしてから千切り
- ・自然派styleロースハム 1枚・・・半分に切ってから細切り

◎ドレッシング

- 植物油（太白ごま油やこめ油、菜種油など） 大さじ1弱
- 米酢 大さじ1/2 はちみつ 大さじ1/2
- しょう油 小さじ1/2 すりごま 大さじ1くらい

<作り方>

- 1 ボウルにドレッシングの材料を全て入れ、トロっと乳化するまでしっかり混ぜ合わせる。
  - 2 ①に、切ったハムとニンジンを入れる。その上にきゅうりを入れる。
  - 3 ぷるんぷあんは、水気を切った後まな板にのせ、ざくざくと2回ほど切って長さを少し短くする。
  - 4 ②の上にのせ、ごま油（分量外）を回しかける。
- 冷蔵庫で冷やし、食べる前に全てを混ぜ合わせる。味見をして、薄ければ醤油を足して味を調える。 お皿に盛りつけて、出来上がり。

ぷるんぷあんがツルツルと美味しくて、子どもも大好き。夏は冷やして(^\_^)



投稿募集！ お好きなイラストも大歓迎！

9月号のテーマ

「わたしの推しマンガ」



※締切  
9月3日  
(金)

投稿用紙

切り取って配送便にて  
お送りください！ ※コピー可

秋の夜長に・・・  
大好きな名ゼリフなども教  
えてください！

### 組合員からの投稿コーナー

7月号テーマ「私だけ?! 聞いてほしい不思議体験」

※敬称略

540年頃 仕事から帰ってすぐの事、窓越しに見える空家になっていた向いの家の屋根の上、あれ、あれ、それは、それは鮮やかな朱がかった赤い物が浮かんでいた。ラグビーボール位の大きさのそれは棟の上をゆくりと動き、屋根の向う側に消えた。隣室にいた義兄に言った所、それは、火の玉やと言った。えっ!? そして母は近所のお通夜に行き、留守という事だった。あの時のあれは、一対何? 私は靈感も何もありません。

いつも楽しいお便り  
ありがとうございます!



和歌山市 千日紅

組合員ID

名前(ペンネーム)

住所

宛先: 組織企画部 理事会VOICE「みんなのVOICE」係

編集後記

暑いですね!! 本当に暑すぎて体に危険を感じるほどです。私が小学生の時「私らが大人になったら体温くらいの気温になるそうやわ」「え〜! それはうそやろ」と冗談で話していたのが本当になってしまった。。このまま温暖化が続くと子ども達が大人になるころにはどうなってしまうんだろう...と心配でなりません。とはいえエアコンなしではもう暮らせない...矛盾との闘いです。  
まっちい



Instagram

@shizenhaosaka\_voice



編集部宛メール  
voice07@shizenha.co.jp

