

## 第1回牛乳でクッキング開催しました♪

5月20日(水)に昭和市民センターの調理室にて、第1回『牛乳でクッキング』を開催しました。みしまミルクでは初めての試みです。皆さんが楽しんでくれるかな～？失敗したらどうしよう？と当日までは不安が募るばかりでしたが、そこはさすが！プロの料理の先生の助けにより無事成功に終わりました。何パターンかの中から悩みに悩んで選んだレシピは①エビとツナのトマトクリームパスタ②ブロッコリーのはちみつマスタードサラダ③リンゴミルクゼリーの3品。皆様にも好評で、また開催してほしいと、うれしい声もいただき『ホっ』としました。先生にいろいろなポイントを教えていただき『へえ～』と思う事ばかりで、あっと言う間の充実した3時間を過ごす事ができました。これから2回3回と開催し沢山の方に来ていただき牛乳の便利さ、美味しさをもっともっと知ってもらいたいと思っています。来られた皆様がとっても良い笑顔で帰られたことがなによりでした。反省としては、私自身も夢中になって楽しんでしまったことかな～！次回開催する時は、ぜひお越しください！お待ちしております。 山本理緒



### 編集日記



『牛乳でクッキング』3品を1時間ちょっとで作っていきます。手際よく時間内にできるかな？の心配はよそに、どんどん出来上がっていきました。普段は一人で黙々と食事の支度をしますが、おしゃべりをしながら作る料理はとて新鮮で、味わったことがない楽しい時間となりました。今回都合が悪く参加できなかった皆様は、ぜひ次回お待ちしております。ホント！楽しいですよ～♪今回作ったレシピを通信で紹介していますので、作ってみてくださいね。初夏にふさわしいデザートですよ。



### 便利な口座振替受付中

便利でとっても安心♪手続きもお店がいたします。ご希望のお客様は、銀行名をお便りコーナーにご記入のうえ、牛乳受箱へお入れください。所定の用紙をお持ち致します。尚、現在の集金方法も従来通りありますので、引き続きよろしく願い致します。(取扱い融機関) もみじ銀行・郵便局 呉信用金庫・広島銀行・JA・県信・市信用他



# 美味しいミルクでレシピ<sup>o</sup> りんごミルクゼリー

## 材料

(約4人分)

牛乳230ml・生クリーム50ml・砂糖30g

リンゴジュース(100%)100ml

(A)ゼラチン5g・水大さじ2

リンゴ100g・砂糖大さじ1・レモン汁小さじ1/2

シナモン少々・あればラム酒小さじ1/2



## 作り方



- 鍋に牛乳150ml、生クリーム、砂糖(30g)を入れ火にかけます。鍋肌が『ジジッ』という程度まで温めます。火を止め(A)で湿らせておいたゼラチンを入れ溶かします。
- ゼラチンがとけたら、残りの牛乳とリンゴジュースを加え、冷水を入れたボールに浸け混ぜながら粗熱をとります。冷めたら器に入れ冷蔵庫で冷やしましょう。
- リンゴの皮をむき薄いイチヨウ切にし、耐熱容器にリンゴとレモン汁、シナモン、砂糖大さじ1を入れ600Wの電子レンジで1分30秒~2分加熱します。少し冷ましてミキサーにかけペースト状にします。出来上がったら冷蔵庫で冷やしましょう。

食べる時にミルクゼリーの上に添えて食べて下さい。とっても簡単でさわやかなデザートです。

# クロスワードパズル

A~Dを順番に並べて言葉を作ってね!

☆☆☆ タテのカギ ☆☆☆

【タテ1】地面の下。

【タテ3】今日の一つ前の日。

【タテ5】ぜいたくな食事。ぜいたくな料理。

【タテ7】ほしいと思う気持ち。ほしがる心。

【タテ8】つい先ほど。少し前。

【タテ9】物事の仕組みや組み立ての大きさ。

☆☆☆ ヨコのカギ ☆☆☆

【ヨコ2】相撲取り。

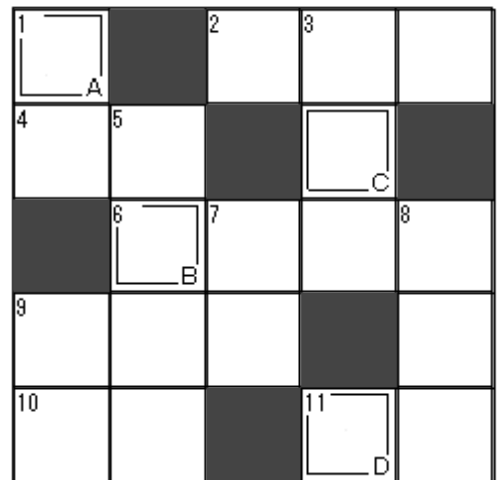
【ヨコ4】竹や針金などを編んで作った、物を入れるもの。

【ヨコ6】物事を確かめるため、いろいろ調べること。

【ヨコ9】物事を行う場合に、守らなければならない決まり。

【ヨコ10】まっすぐで細長く手に持てるぐらいのもの。

【ヨコ11】けもの・魚・虫などを数える言葉。



広島明治

URL <http://meiji.co.jp>

携帯からはこちら→

検索





# お便りコーナー



## ～父の日の思い出～

☆もう父は他界していますが酒にとっても弱く冠婚葬祭等で皆がお酒を飲んでいる時、父はジュースを飲み、少しすると酔っぱらったと顔を赤くして、なんぎになったと寝ることが多かったです。父の法事にはこの話になり父の血を引いた私もお酒は飲めません。 HTさん



☆父は明治生まれの厳格な人。」禁酒禁煙で趣味はお煎茶。とても美味しく点って、どのお客様にも好評でした。甘いあの深みのある味が懐かしい父との思い出です。 KSさん



☆田植えの時期になると90歳まで米を作って送ってくれた父のことを思います。父は口数の少ない人でしたが暖かい思いが…言葉はなくても心に伝わっていました。里に帰った時、稲穂を見ると子供思いのやさしい笑顔が懐かしく浮かびます。 KSさん

☆私の父は生きていれば108歳になります。兄弟姉妹の6番目で、父を若くに亡くし、もっと一緒に色々とお出かけがしたかったです。父の日ではなかったのですが、2人旅で電車の中へ帽子を忘れたのが66年前、父との鮮明な記憶です。 SFさん



☆普段プレゼントをほとんどしたことがなかったのですが、父が亡くなる数年前の父の日に、ブランド物の小銭入れを贈りました。おしゃれな父はとても喜んで大切に使ってくれました。その後形見になりましたが20年経った今でもこれを見ると、父のうれしそうな顔が浮かんできます。 NKさん



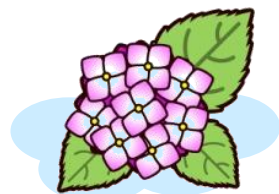
☆ 呉市に生まれ育った父は(おはらしょうすけ)さんと異名をもらうほどの酒豪でしたが長年区長も務め、人望もあったようです。6人の子供を育て68歳の生涯でした。今、私は80歳を迎えました。ミルクで元気のおかげです！ SMさん



6月です。うとうしい梅雨の季節がやってきましたね。昨年のように大雨が降らなければいいな！と思っています。5月の末に黒瀬の山本さんちに田植えに行ってきましたよ！とっても良い天気でした。機械の入れない所に手で植えて行きます。足元をおたまじゃくしや田トンボがちょろちょろするなか、踏まない様に「元気に美味しく育ててね！」のおまじないをかけながら植えました。お手伝いに行くようになって6～7年位になると思いますが、相変わらず手際が悪く、山本さんからの「無理しんさんなよお～！」の言葉に励まされながら頑張ってきました。何時もの事ながら、田んぼに入るとなぜか、子供に帰った気がするのは私だけでしょうか？今年も、お米にとっていい年であります様に！



# 5月号のクロスワードパズルの答え



5月号の答えは『さつきばれ』でした。  
 みなさん、楽しく頭の体操をしていただいている様子をお便りにお寄せ下さりありがとうございます。  
 今月は簡単？難しい？がんばって下さいね！

## 社員のコラム

皆さん、とても気持ちのいい季節になりましたね。外に出かけるのが楽しくなってきますね。しっかり体を動かして元気にお過ごしください。いい季節ですが、私には辛い季節でもあります。なぜなら紫外線です。やっと落ち着いたお肌がまたまた、真っ黒に！紫外線が大敵な私です。ちゃんと日焼け止めも塗っているのにね～どうしてかしら？でも、明治には強い味方のうるおうコラーゲンがあります。夏はこれこれ！これを飲んで内側からと外からの紫外線対策です。肌の乾燥を防いだり、保湿の効果があり、女性には強い味方のさっぱりと美味しい1本です。あっ！それから目も大事です。目からの紫外線も色が黒くなるって聞きました。UV カットのメガネやサングラスも大事ですよ。これからの季節を楽しく過ごすために自分でできることはしっかりケアしていきます。

福原奈緒美でした。



## お便りコーナー

2015年6月号

クロスワードパズルの答え

〇〇〇〇

なまえ

でんわ

## 七夕の願い事『よかったら』お聞かせください

(7月号の通信で紹介させていただきます。掲載させていただいたお客様には『ほんの気持ち』をお届けします)

.....

.....

.....

.....

.....

☐通信に掲載したくない方は✓をつけて下さいね！