

旬の風 189号 (2018年1月)



メッシーちゃんから愛を込めて。

新年明けましておめでとうございます。
今年はどんな年になるのでしょうか？いいえ、違います。
どんな年にしていきたいと思いますか？

私はメッシーちゃん。米粒の形の顔を持つ食のワーカーズのゆるキャラです。
生活クラブの消費材を使い、安心して安全な食事をお届けしようと頑張っています。
どうぞよろしくお願いいたします。

引っ込み思案で、今までなかなか言い出せなかったけれど、
今年は、私、メッシーちゃんをもっとアピールしていこうと思います。
まず手始めに、旬では、毎月10日20日のお楽しみ弁当の日を、
『メッシーちゃんの日』と命名させてもらうことを宣言します！
メッシーちゃんは旬だけでなく、埼玉のほかの食のワーカーズ、
埼玉だけじゃない、食のワーカーズで私に会うことができます！
どうぞ、いろんなところで、私を探してみてくださいね！

(メッシー)

メニュー担当者からの一言

旬の食材は、おいしく栄養価も高いといわれますが、
秋の長雨や日照不足で野菜が高騰しています。
乾物で効率的に食物繊維を取ることができます。
切干大根、若布、高野豆腐など・・・保存がきいて
価格も手頃です。乾物ヨーグルトという、乾物を
ヨーグルトに一晩漬けこむ新しい調理法もあり、
食物繊維と乳酸菌と一緒に摂ることで、手軽に健康な
食事ができるそうです。