

COOP-JOSO News Letter

2020年7月1回号 発行/常総生協広報G

2020年度活動テーマ案「JOSO食材でかんたん・おうちゴハン ～食卓から笑顔あふれる未来へ～」

「安心」「簡単♪」「美味しい」がつまった



ミールキット

- ★ 「安心」「簡単♪」「美味しい」
- ★ 包丁不要
- ★ 煮るだけ・焼くだけ・炒めるだけ
- ★ 調理時間5～10分



■ミールキットとは??

ミールキットは、レシピと食材がセットになった商品で、新鮮な野菜や肉などの食材が必要な分量だけ入っています。具体的な利点としては、

- 献立が決まっている
- 調理に必要な材料が必要な分量だけ入っている
- 下ごしらえが済んだ状態で食材がそろっているため、時短調理が可能
- 実際の調理は、煮るだけ・焼くだけ・炒めるだけなど、簡単な手順のみ
- レシピ付きのため、「料理の初心者」でも簡単に調理ができる

常総生協がミールキットを始めた理由

○最初は組合員の声から！

第一子を出産したころ、夫婦とも故郷が遠いこともあり、産後1か月は母に来てもらい、食事や家事を手伝ってもらいました。母も茨城の土地勘も無いことや、仕事を持っていたので買い物にいく余裕や、献立を考える時間ありませんでした。そうした時にミールキットを他社から購入して、買い出しや、献立を考える時間も必要いらなくなり、非常に助かりました。その時から常総生協を利用していますが、常総生協でもこうした便利商品や、お助け商品があるといいなーと思いました。

(守谷市 M.Iさん)

他にも、休日に子どもの世話と食事を担うお父さんからの、「簡単に作れる麺類に偏ってしまう」との声や、家で過ごす家族の昼食の準備をしてから出かける組合員の声聞き、共働き、単世帯家族が主流になっている今日は夫婦・家族が協力しあって生活をしていかなければいけない現状があります。常総生協として地域の生活者へ助けになる、役立てる生協で無ければいけないと感じました。

しかし、カットした野菜は栄養が減する。塩素消毒の強いカット野菜や、トレサビリティのわからない野菜、お肉、タレ等も多く、かといって自前でミールキットを開発する力もありませんでした。

ミールキットは子育て世代だけでなく、幅広い年齢層や、多様化している生活様式に活用してもらえる商品なだけに、この数年間色々な生産者や自分たちでタレなしのセット企画等をしながら模索しながら切望してきた商品です。

常総生協画が取り扱うミールキットのこだわり

組合員さんの声から「食はいのち」をテーマにする地域生協として、こだわりをもったミールキットをお届けしたいと考えました。複数の製造メーカーや他生協の商品試食を重ね、検討した結果、常総生協でも企画をしている「糖しぼり大根」「農家がつくった浅漬け三昧」などのお漬物を製造している「株式会社グリーンリーフ」さんのミールキットを企画する事に決めました。

★野菜

「グリーンリーフ」の自社農場(群馬県・昭和村)野菜を基本とし、有機・減農薬栽培のものをお届けします。グリーンリーフでは、自社農場で作った野菜をカット野菜として加工する加工工場も併設しています。**収穫したての新鮮野菜を夜の間に加工工場で加工し袋詰め→翌朝には出荷します**ので、カット野菜の鮮度としてはこの上ない条件でお届けします。(※時期や天候状況により収穫できない場合は国産野菜を使用しています)



★水

工場で使用する水は、地下300mから汲み上げる地下水です。

グリーンリーフ敷地内を流れる赤城山系伏流水の水脈を掘削したもので、冷涼で豊かな水量を



誇っています。野菜洗浄にも地下水を使用しており、5層に分かれて赤ちゃんをお風呂に入れてやさしく洗うようにバブリング洗浄します。

※殺菌工程は次亜塩素酸ナトリウム70～80ppmの低濃度殺菌です。通常のカット野菜(市販品で出回っている商品)では100～200ppmの殺菌濃度が主流のようです。約半分以下の濃度となります。

★タレ

化学調味料は使っていません。もちろん、保存料、着色料など人工的な添加物は一切なし。大量生産して作られる市販のものでは味わえない、素材本来の味をお楽しみいただけます。



名 称	野菜炒めセット
原材料名	野菜セット【キャベツ、玉ねぎ、人参】 調味肉【豚肉、しょうゆ(大豆・小麦を含む)、菜種油、鶏卵、発酵調味料、馬鈴薯でん粉、コチュジャン、にんにくペースト、酒、ごま油、砂糖、生姜ペースト、食塩、こしょう】

★お肉など、その他食材

常総生協とつながりのある生産者からも調達をしています。市販の多くのミールキットは、作り手の見えないものが多いですが、常総生協が取り扱うミールキットは普段のカatalogに掲載されている生産者も携わっています。※()は原産地

■生産者の一例

鶏(山口県他)・・・株式会社 秋川牧園
調理ソース他(神奈川県)・・・株式会社ニッコー
うるち米(山形県)・・・おきたま興農舎
豚肉(鹿児島県他)・・・株式会社 マストミ
鶏卵(徳島県)・・・たむらのタマゴ



ご注文方法や表示について

CO-OP MAIL JOSO [2020年7月1回] 15

今週のらくうまごはん♪

常総生協の「私が仕上げる10分キット」

包丁、まな板は使わず、全て10分以内で調理可能なミールキットを揃えました。手間なく、無駄なく、作り立ての味わいを楽しめる手作りキット。材料は全て下処理済みです。

野菜 漬物でお馴染み「グリーンリーフ」さんの自社農場の有機野菜や提携産地の減農薬野菜を基本に使用しています。

味付けタレ 化学調味料を使用せず、素材の味を活かしました。肉・魚も国産原料にこだわり、常総生協の仲間であるマストミさん、秋川牧園さんのものを使っているキットもあります。

甘辛みそタレでご飯がすすむ

調理時間 準備品
約6分 油

新鮮な野菜と本格回鍋肉ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパンでどうぞ。

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)
397 国産豚の回鍋肉セット
※届いて1～2日 送料別
360g(2人前) 950円(税別) 1026円
キャベツ(国内産)、豚肉(香川県、徳島県)

黒酢で味に深みをプラス

調理時間 準備品
約6分 油

新鮮な野菜と酢豚ソースのセットです。下処理、カット済みなのでフライパン一つで簡単調理できます。

グリーンリーフ(群馬県・昭和村)
398 彩り野菜と国産豚の黒酢酢豚
※届いて1～2日 送料別
410g(2人前) 960円(税別) 1037円
玉ねぎ(国内産)、豚肉(鹿児島県)

野菜セット: 【キャベツ、人参、ピーマン】、調味肉: 【豚バラ肉、赤みそ(大豆を含む)、砂糖、なたね油、しょうゆ(小麦を含む)、鶏卵、酒、コチュジャン、馬鈴薯でん粉、食塩、にんにく、こしょう、生姜】

野菜セット: 【玉ねぎ、水菜、ピーマン、人参、鶏卵、調味肉: 【豚もも肉、砂糖、黒酢、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、馬鈴薯でん粉、なたね油、小麦粉、鶏卵、酒、ごま油、生姜、にんにく、食塩】

7月1回15ページに企画をしております。

- 調理時間: 調理時間の目安を記載しています。※あくまでも目安ですので、個人差があります。
- 準備品: ご自宅で準備するものを記載しています。
- 原材料: 化学調味料や人工的な添加物は扱っておりません。

- 分量: 約2人前となっています。
- 賞味期限: 届いて1~2日となります。

注文方法は、OCR用紙またはインターネット注文でご注文ください。通常商品と同じく翌週にお届けします。

調理時間は10分以内、組合員さんの食卓をサポートするミールキットを充実させていきます。

ミールキット登場記念として、7月中は10%OFFキャンペーンを実施！

- 対象期間：7月1回～7月5回
- 対象商品：ミールキット全般（毎回違うミールキット商品が掲載されます）
- 注文方法：注文用紙、電話、FAX、ネット注文に対応しています。
- ★ 7月1回のみカタログ掲載価格が通常価格で掲載されているため、そこから10%引いた価格になります。ご了承ください。

「今日はちょっと楽をしたい…」けど、家族にはなるべく手作りの料理を食べさせたい。そんな組合員のニーズにお応えしたミールキット(カット済み材料と調理用タレ付き)です！7月1回P15ページに掲載しておりますので、ぜひこの機会にお試しください。

【お知らせ】夏場の新型コロナウイルス対応について

気温も上がって、熱中症や体力が低下しやすい季節になってきました。夏場の新型コロナウイルス感染拡大防止を行い、組合員さんへ安定した供給を行えるように一部変更した対応を行ってまいります。

供給対応 ※太文字が変更点となります。

○供給時の対応

- ★ 供給担当者は組合員さんとなるべく対面しないようにします。非対面での協力をお願いします。
- ★ 今まで通り留守の方は留守対応（保冷して）のセットをしてお届けします。
- ★ 基本的に玄関等建物内での商品の受け渡し作業は行いません。※身体が不自由な方など個別の対応は担当と組合員さんとのやり取りの中で判断し、対応していきます。
- ★ 到着の際はチャイム、インターフォンでお知らせいたします。在宅の方には蓄冷剤・ドライアイス等を抜いて直ぐにお取りいただく前提でお届けします。※箱回収は次週になります。基本その場、その日の回収はしません。
- ★ 供給担当者は予防のため、マスク・手袋着用とアルコール等による消毒を行っていきます。
 - **これから夏季にかけての気温・湿度の上昇にともない、職員が熱中症となることを防止するため、同乗者がいない車内での運転中や、周囲に人がいない場所や荷台での作業中などにおいては、マスクを外して業務を行うことがございます。**

○組合員さんへのお願い

- ★ 事前に「注文用紙」と、商品お届け時に使用している空箱が手元にある場合は「空箱」を指定場所に準備してください。
- ★ 生協資材（通い箱、オリコン※青いコンテナ、蓄冷剤、ドライアイス）が不足になる事態が想定できます。翌週に必ずご返却下さい。
- ★ **品温管理の為、クーラーボックスや買い物かごへの移し替えは原則ご在宅の時のみとし、不在の場合は生協資材を使用した留守セットでお届けさせていただきます。**
- ★ 対面が必要な場合は、必ずマスク着用の上、距離を保つ様、お願いします。

組合員の皆さまおよび職員の感染症予防と拡散防止のための対応となります。皆さまのご理解、ご協力をお願い申し上げます。