

Let's Cooking! 生協商品を使って作りましょ♪

# 今月のレシピ



コープ北陸のキッチン  
生協商品を使ったレシピを紹介中!  
<https://cookpad.com/kitchen/14762843>



コツ・ポイント  
半熟卵を添えると  
彩りもキレイです。



春らしいパスタです☆

## 菜の花パスタ



### 【材料(4人分)】

CO-OP早ゆでミニスパゲッティ… 400g  
ブラックタイガー …… 12尾  
エリンギ …… 120g  
菜の花 …… 8本  
鷹の爪(輪切り) …… 少々  
オリーブオイル …… 大さじ4  
塩コショウ …… 適量  
塩 …… 少々

### 【つくり方】

- ① えびは殻をむき、半分に切る。エリンギは食べやすい大きさに切っておく。
- ② 鍋に湯を沸かし、塩少々を入れてスパゲッティをゆで、ゆであがる前に菜の花を入れて一緒にゆでる。
- ③ フライパンにオリーブオイル・鷹の爪を入れて弱火で加熱し、香りを出す。
- ④ ③に①を加えて炒め、②のゆで汁を少量入れて②を加え、強火でさっと炒め合わせ、塩コショウで味をととのえる。

おすすめ!



CO-OP 早ゆでミニスパゲッティ  
3月 税込価格 430円

デュラムセモリナ小麦100%使用。通常の約2/3の長さで小さな鍋でも茹でられます。

## 編集後記

東日本大震災が起きたのは卒業式の日でした。その日は私の人生の節目であると同時に、震災のために友人の命日にもなってしまったので、2011年春の記憶は今でも鮮明で特別です。

生協に勤めてからは、何度か復興支援視察交流ツアーの事務局として福島を訪ね、被災した方のお話を聞かせていただきました。その方たちが「あの日…」とおっしゃるたびに、「あの日」はまだ、この方たちや私の隣にあると感じたものです。同時に、新しい生活や復興のために頑張る皆さんの姿に、逆にこちらが元気づけられてきました。

今年であの震災から9年。その間にも大きな災害がたくさんありました。3月11日は、それらの災害から私たちが学べること、復興のために手伝えることを考える日にしていただけたらいいなと思います。  
(編集担当)

### 商品事故緊急ダイヤル

生協でご利用いただいた商品による体調不良、異物混入などの事故が発生した場合のご連絡先

下記以外の時間帯は、各センターをお願いします。

[月~金] 19時30分~翌朝9時  
[土・日] 9時 ~翌朝9時

▶▶▶ **0120-076-111**

### 電話注文受付専用ダイヤル

※携帯電話からも、フリーダイヤルでご注文いただけるようになりました。  
※一部のIP電話(050番号発信)からは繋がらない場合がございます。

[当日] 12時~21時  
[翌日] 8時~11時

▶▶▶ **0120-502-882**

### コープ共済コールセンター

[月~土(祝日含む)]  
9時~18時

▶▶▶ **0120-50-9431**

### 富山県生協本部

**0120-80-4717**



チェックを入れてください

テーマトーク  フリートーク  あいらぶ生協商品

テーマ「入学・入社のエピソード」

お便りお待ちしておりますー

ペンネーム( )

### 【こだま2月号 クイズの答え】

答え ① ⑧ ⑧

応募総数147通、正解者数147通でした。

正解者の中から抽選で10名の方にコープ商品を差し上げます。

※プレゼントはこだま3月号と一緒にお届けしています。

