

わかばの手もち

～ちょっとひとりごと～

143号

(柴野 泰宏)

改めまして、
「新年あけまして
おめでとうございます」
皆様は、どんなお正月を過ごされ
ましたか～？

今年の干支は「猪」です！
そう！私は今年、年男！
さ～ 新年早々何にしよう？！
まずは、花火を観に行っ
て来ましたよ～ 季節に合
わないと思っていました
が、冬の花火も良いも
んですね～ お次は「社
長の学校」の新年会！
元気な社長が多い！
圧倒されました・・・
(汗)

そして、牛乳組合の新年親睦旅行
千葉県鴨川市にあります、ホテル三
日月様でゆったり温泉に浸かり、贅
沢な時間と食事を頂きました～
さ～年男！ 突き進みますよ～！

本年も、皆様にとって、昨年以上
に「良い年」になります様、スタッ
フ一同心よりお祈り申し上げます。
本年も宜しくお願い致しますね！



ツインリンクもてぎにて♪



冬の綺麗な花火大会♪



元気な社長に学びがたくさん♪



綺麗なホテルに美味しい料理♪



とても綺麗な夕日でした～

～わかばのお知らせ～

寒い時期、牛乳・ヨーグルトは温めて飲んで下さい！



寒い季節！ 冷たい飲み物は、
飲みにくいですよ～



「ですがっ・・・!?!」

牛乳やヨーグルトは温めて飲める健康飲料です♪

- ① まず、耐熱容器に牛乳を移して頂き、
電子レンジで温める事が出来ます。
- ② 湯煎で温める場合は、牛乳ビンのふたを外して、
- ③ コーヒーやココア、シチューやその他のお料理に
入れる事が出来ます。
- ④ ヨーグルトも電子レンジで「チン」出来ますが、
【人肌】程度の温めでお願いします。

meiji ピンクの牛柄 **みるくショップ わかば**

(株)明治 特約店



(有)わかば 代表取締役 柴野 泰宏

庄和店 7/24休 0120-008-369
TEL 048-746-2505

鷺宮店 7/24休 0120-018-369
TEL 0480-47-0414



耳より情報 ~レシピ編~

バターチキンカレー



材料 (4人分)	
鶏胸肉	350g
*A	
ブルガリアヨーグルト	100g
おろししょうが	小さじ1
おろしにんにく	小さじ1/2
塩	小さじ1/2
パプリカ (粉)	小さじ1
カレー粉	小さじ1
レモン果汁	小さじ1
シナモンスティック	
カルダモン	3粒
ローリエ	1枚
おろし玉ねぎ	1/2個
おろししょうが	小さじ1
おろしにんにく	小さじ1/2
ホールトマト缶詰	1缶
カレー粉	大さじ1
水	150ml
固形スープの素	1個
クリーム	80ml
塩	小さじ1/4程度
はちみつ	大さじ1/2~大さじ1
サラダ油	小さじ2
バター	30g
*トッピング用	
クリーム	適量

作り方 ※このレシピは下準備が必要です。

① 下準備
タンドリーチキンを作ります。鶏胸肉の皮を取り除き、一口大に切ります。Aの材料を合わせ、2時間つけこみます。ひと晩つけると肉がやわらかくなり、さらにおいしくなります。

- 1) 鍋にサラダ油を熱し、シナモンスティック、カルダモン、ローリエを加えて、油に香りがうつるまで炒めたら取り出します。
- 2) バターを10g入れて、おろしたまねぎ、にんにく、しょうがを加えて、5分ほど炒めます。水、固形スープの素、カレー粉を加え、ホールトマトはざるでこしながらつぶして種を除き、蓋をして煮込みます。
- 3) 煮込んでいる間にチキンを焼きます。予熱した魚焼きグリルかオーブントースターの強火で表面に薄く焼き色がつくまで焼きます。
- 4) 2)の鍋に3)とクリームを加え、蓋をしてさらに15~20分煮込みます。塩とはちみつで味をととのえたら火を止め、残りのバターを加えて余熱で溶かします。器に盛り、クリームをかけていただきます。

② 調理のポイント
● タンドリーチキンは後から煮込むので、焼く際に完全に火が通す必要はありません。

いつも、たくさんのお便り、ありがとうございますとつぶやいています！



お客様お便り ご紹介コーナー

ご感想等ありましたら、どしどしお寄せ下さい。
もれなく粗品をお届けさせていただきます。

いつも若くして張切で配達して頂きありがとうございます。昨年の陰核で風邪を引かず健康で過ごせたので今年も忘れず飲んで風邪予防にと思っています。どうぞよろしくお願ひ致します。

ご契約者様名 お電話番号
白岡市にお住まいの S.I 様

ご感想等ありましたら、どしどしお寄せ下さい。
もれなく粗品をお届けさせていただきます。

研修結果の内容
私にしろ良いものなら次回に知らせ下さい

ご契約者様名 お電話番号
春日部市にお住まいの M.S 様

ご感想等ありましたら、どしどしお寄せ下さい。
もれなく粗品をお届けさせていただきます。

お世話になります。やっと秋らしくなりました。これから寒い季節、栄養たっぷりの牛乳で乗りこえていきたいと思ひます。これからずっと続けたいのでよろしくお願ひ致します。

ご契約者様名 お電話番号
杉戸町にお住まいの T.S 様

ご感想等ありましたら、どしどしお寄せ下さい。
もれなく粗品をお届けさせていただきます。

ご契約者様名 お電話番号

ご感想等ありましたら、どしどしお寄せ下さい。
もれなく粗品をお届けさせていただきます。

ご担当の山口様、いつも元気な挨拶とボックスを清潔にしていたらありがとうございます。気持ちが良いです。家族みんな風邪もひかず元気になっています。今後ともよろしくお願ひいたします。

ご契約者様名 お電話番号
春日部市にお住まいの H.T 様