

好きだから伝えたい
コープ商品

その日の気分ですませに和しクミキング♪

コープの「ごぼうサラダ」



時間がないけど
家族のために
ひと手間くわえた〜い♡

宅配をはじめられて3年目。
「ごぼうサラダ」ファンの
和田さんにインタビューして
きました。

Q ご家族は？

19歳と高2の娘、主人の4人
家族です。

Q ごぼうサラダ
ご利用のきっかけは？

商品案内のおすすめを見て、
手ごろな価格で使いやすそう
だったので試しに買ったのがは
じまりです。

家族も大好きな根菜類をおい
しく食べられるのですっかりは

まっています。(笑)

Q どんな風に
食べていますか？

食べていますか？

ごぼうサラダをベースに、れんこ
んのうす切り+かぼちゃの細
切りをレンジで加熱し、水煮大
豆と一緒に和えるのがお気に入り。
大根やみず菜、焼豚のスラ
イスを入れてもおいしいです。
弁当に入れる場合は、水気を
切って酢を少し垂らして、保存
性に気をつけています。

Q お気に入りの理由を
教えてください。

仕事がフルタイムなので、平日は

時間がない中で食事作りをし
ています。できあいの惣菜をお
店で買って、そのまま食卓に出
すのはちょっと抵抗があつて…。
これが冷蔵庫にあると、家
にある野菜で簡単においしいサ
ラダができるので、本当に助か
ります。
生のごぼうから作ったこともあ
りますが、ごぼうの固さ加減
などうまくできません。下処
理の手間なしで「ごぼう入り」
のサラダをおいしく食べられるの
がうれしいですね♪



私のお気に入りコープ

Vol.2



サラダ
人気
No.1
151
CO-OP ごぼうサラダ
(マヨネーズ味)
100g×2袋 本体 278円
賞味期間:45日 (税込 300円)

サンドイッチにも



こちらもおススメ!

コープの「〇〇ペース」シリーズ

忙しいあなたの味方 BASKET 2月4回 にてご案内!



479 CO-OP 酢の物ペース 200g×2袋
482 CO-OP 白あえペース 180g×2袋

和田さんちのある日のサラダ 1月某日



レモン果汁を入れるとサッパリ
いつもこんな感じの
ボリュームです♪

10分で完成!



【材料】

- ごぼうサラダ1袋、れんこん、みず菜、キュウリ、カリフラワー、大豆(水煮)
- レモン果汁、野菜たっぷり和風ドレッシング、オリーブオイル、塩コショウで味を整えます。

堺市西区 和田さん



『ネットショップいずみ』にくらしひろばがOPEN!



「今週の注文どうしようかな?」
迷ったときに役立つクチコミ情報をご
紹介しています。

「くらしのひろば」へは上記QRコード、または「ネットショップいずみ」よりお越しください。 ネットショップいずみ 検索



みんな、見てね〜♪



2月4回は、「ごぼうサラダ」のクチコミをご紹介します!