

夏バテ防止に県産豚肉を 食べようキャンペーン!

この夏、オススメレシピ!!



ゆで豚とトマトの和え物 中華風 (エネルギー: 152kcal)

酸味をきかせたピリ辛味なので、食欲のないときや暑い日にもおすすめてです。野菜はゴーヤーやきのこ、なすでも代用できます。

◆レシピ提供◆
香川県食生活改善推進協議会

材料 (2人分)
豚もも肉(しゃぶしゃぶ用).....140g
トマト.....100g
きゅうり.....40g
きくらげ(乾梅).....適量
しょうが.....適量
① 長ねぎ.....10g
にんにく.....少々
熟唐辛子(小口切り).....少々
しょうゆ.....小さじ2
② 砂糖.....小さじ2/3
③ 酢.....大さじ1
だし汁.....小さじ2

作り方
① 豚にしょうが、長ねぎの青い部分(分厚外)を入れて湯をわかし、豚肉を1枚ずつ広げて入れる。肉の色が変わったら冷水にとり、水気をきって食べやすい大きさに切る。
② トマトはくし型に切り、きゅうりは縦半分に切って斜めに切る。
③ きくらげは水で戻してきくらげとゆで、一口大に切る。
④ ②をそれぞれみじん切りにし、赤唐辛子、③と混ぜ合わせて①～③を加える。

夏バテ予防 アドバイス

豚肉には疲労回復に効くビタミンB1がたっぷり。その吸収を助けるアリシンを多く含むにんにく・ニラ・長ネギ・玉ねぎと一緒に取ると効果的。新鮮な県産野菜を加えてバランス良く食べましょう。



応募シール貼付欄



香川県農業協同会000279
OO畜産株式会社
バックラベル例

A賞 讃岐夢豚 肩ローススライス (500g)



20名

B賞 県産野菜 1000円お買物券



40名

※写真はイメージです

キャンペーン内容及び募集要項

■キャンペーン対象製品
讃岐夢豚または県産豚肉

■キャンペーン期間

平成24年7月14日(土)～8月31日(金)

■賞品

A賞 讃岐夢豚 肩ローススライス(500g).....20名

B賞 県産野菜 1000円お買物券.....40名

■応募方法

「讃岐夢豚シール」「香川県産シール」又は「香川県産」を明記した豚肉パックラベルのいずれかをハガキに貼り、ハガキ1枚1口として応募できます。

必要事項(住所・氏名・電話番号・年齢・購入店名)を専用ハガキに記入し、ご応募下さい。

■締切

平成24年8月31日(金)当日消印有効

■当選者の発表

当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

■ご注意

必要事項の記入の無い場合、シールが貼り付けられていない場合は当選を無効とさせていただきますのでご注意ください。

■お問い合わせ先

(社)香川県畜産協会内 讃岐三番銘豚化推進協議会

TEL:087-825-0284

■詳しくはホームページ「みーとみゆーじあむ」をご覧ください。

讃岐三番銘豚化推進協議会、讃岐夢豚普及推進協議会

〈キリトリ線〉✂

お手数ですが
50円切手を
お貼りください

郵便ハガキ

760-0023

香川県高松市寿町1-3-6
(社)香川県畜産協会内 讃岐三番銘豚化推進協議会

夏バテ防止に県産豚肉を 食べようキャンペーン! 行

■ご応募の際に必ずご記入ください。

フリガナ	姓	名
お名前		
ご住所	〒	都道府県
	市区郡町	
電話番号	()	アバート・マンション名
年齢	歳	購入店
		店

※その他、お気づきの点がございましたらご記入をお願いします。

※頂いた個人情報、賞品の抽選・発送以外の目的には使用いたしません。