

ちょっとひと息...



わたしの親子くらし

子どもとのくらしのなかで日々感じる「みんな、どうしてるの?」の気持ち。このコーナーでは月1回、そうした育児や家事の悩み・アイデアなどを特集していきます。

ママ・パパ組合員が体験レポート!

毎日続く食事の支度をサポートする、パルシステムの「お料理セット」を知っていますか? 今回は実際に子育てや仕事で忙しい組合員の方々に、使い勝手を体験してもらいました。

「お料理セット」使ってみました

「お料理セット」とは...

カット済みの野菜と必要な食材、味付け用の「たれ」、レシピがいっしょになったセットです。
『yumyum For Baby&Kids』では毎週5ページで1歳半から取り分けられるお料理セットを紹介しています。



パルシステム神奈川ゆめコープ
S.M.さんとそうまくん(2歳)

手作り派だけど、これはアリ!
家族もこの味、気に入りました

この日の献立

- ドライカレー(お料理セット)
- フルーツ(マスカット)



使ったセットは
『野菜が摂れる!
ドライカレーセット』

子どもには
これを
ちょい足し!



味や量は?

手作りが好きでこうしたセットは使ったことがなかったのですが、この味は家族にも好評! 子ども分には辛さ対策にトマト缶をプラスしました。子どもが苦手なピーマンもきざんであり、完食でした。量は気持ち少なめの量だったので、好みで具材や副菜を足してもいいと思います。

作りやすさはどう?

ふだん30~40分かかる食事の支度が10分くらいで済んで助かりました。野菜があらかじめカットされていて楽だし、お料理セット、忙しい日用などにいろいろ試してみようと思います!



パルシステム埼玉の
K.T.さんと夫のYさん、
まあちゃん(2歳)

夫が肉じゃがに初挑戦!
「簡単に作れた」と本人も満足♪

この日の献立

- 肉じゃが(お料理セット)
- ごはん
- 餃子とわかめと卵のスープ



使ったセットは
『お肉たっぷり肉じゃがセット』

夫が肉じゃがを作っている間に、
私が餃子入りスープを
作りました



これも
活用しました

『餃子にしよう!』

味や量は?

ボリュームは充分! おとな2人と子ども1人で満足できる量でした。子どもには大きめの野菜は切って取り分け。わが家には少し味付けが濃く感じたので、作るときはたれを少しずつ入れて、味を見てもいいかもしれません。

作りやすさはどう?

今回は初心者の夫が挑戦。慣れない包丁も使うため時間はかかりましたが、「レシピの説明が明快で作りやすかった」そうです。月2~3回夫が夕食を担当するのですが、「自分で料理の手順を組み立てる」のが苦手なので、もしイチから作ったら1時間はかかるかも。



パルシステム東京の
T.H.さんとたかちゃん(5歳)、
みーちゃん(1歳6カ月)

お迎え帰りでヘトヘトでも、
笑っちゃうくらい簡単に作れました

この日の献立

- 秋鮭甘酒麹漬
- かにかま入りだし巻き卵
- 野菜と春雨の具沢山スープ(お料理セット)
- パクチーサラダ



味や量は?

思ったよりおいしく、子どももベロリ! 量も家族4人でちょうどよかったです。おとなは少しごま油を垂らすのがおすすめ♪ レシピや味付けに悩まなくてもいいので、心が楽ですね。このセットはまたリピートしたい!

調理はどれくらいかかった?

スープは約10分、すべて含めると40分くらいでした。保育園のお迎えもあり、ふだんなら1時間以上はかかりそう。この日はパルシステムで注文した「秋鮭甘酒麹漬」を主菜に、焼くだけでメインができたのも大きかったです。



おいしくて
全部食べられたよ!

こんな
“お試し企画”に
参加してみたい方へ

『yumyum club』に
登録しませんか?

商品モニター企画をはじめ、『yumyum』の表紙モデル募集や、「わたしの親子くらし」の誌面を作るポイント付きアンケートなどをお届けします。

ヤムヤムクラブ

検索

小学生のきょうだいがいる方は
「わたしの親子club」も!

小学生向けの「親子くらし junior」誌面作りに協力いただけるアンケートモニター・誌面モデルも募集中です。



・ INFORMATION ・

小学生以上の子どもがいる家庭向け『わたしの親子くらし junior』は、月1回お届け情報といっしょにお届けしています。ご希望の方は、190837を6ケタ記入欄にご記入ください。

次回は
12月3回

「平日朝ごはんのリアルが知りたい!」

とにかくバタバタな平日の朝、みんな何を食べてる? 時短になるアイデアや使えるアイデアを紹介します。

バックナンバーも見られます

これまでの「わたしの親子くらし」誌面をwebにすべて掲載しています。

バックナンバーはこちら▶

