



ちゃぐぼんのふわふわはイベントで子どもたちに大人気です

## 株式会社アズ・シード

盛岡西リサーチパークに拠点を構える株式会社アズ・シード（レントオール盛岡）は、平成21年3月に立地しました。

市内の自治会や子ども会でかき氷器や綿菓子器などのレンタルを行っているほか、産業まつりなどのお祭りではちゃぐぼんのふわふわなどで出展しています。

レントオール事業部部長のごとういさむ後藤さんは「抽選玉からちゃぐぼんのふわふわまで幅広く取り扱っていますので、お気軽にお申し付けください」と話していました。



### 株式会社アズ・シード (レントオール盛岡)

滝沢市大釜風林3-27

☎ 686 - 1700

営業時間

午前9時～午後5時

定休日

日曜、祝日

ホームページリンク



## おいしいレシピ

30分以内で作れて  
栄養バランスも good!

### 親子で作る簡単朝食

平成29年度市食育料理コンクール 優秀賞

もりちぐさ  
森千種さん（柳沢小学校）とお母さんの作品

#### ○ほうれんそうとたまごのおじや

材料（2人分）ごはん 200g、卵 1個、ホウレンソウ 30g、エノキ 40g、マイタケ 40g、水 360ml、めんつゆ（3倍濃縮）大さじ2、塩 少々

- ① 土鍋に水、めんつゆを入れて、煮立たせる。
- ② ごはんを土鍋に入れる。
- ③ エノキ、マイタケ、ホウレンソウの順番で食べやすい大きさに切って入れる。
- ④ 再び煮立たせたら、たまごを溶いてまわしながら入れる。
- ⑤ 塩で味を整えたら完成。

#### ○滝沢産リンゴ

材料（2人分）リンゴ 1/2 個

- ① リンゴを食べやすい大きさに切って完成。



#### ○キャベツとひじきのツナサラダ

材料（2人分）キャベツ 100g、ひじき（缶詰）20g、ツナ缶 40g、すりゴマ 少々、かつお節 少々、ぽん酢 少々

- ① キャベツを食べやすい大きさに切ってゆでる。
- ② ①にひじき、ツナ、すりゴマ、かつお節、ぽん酢を和えて完成。