



コープぎふの野菜セット

2017年3月1週

お届け日
2月27日(月)
から
3月4日(土)

本日は下記商品の7品をお届けしています。

品名	規格	産地	品名	規格	産地
きゃべつ	1/2カット	愛知県	エリンギ	100g	新潟県
なす	2本	愛知県	新じゃがいも	2玉	鹿児島県
きゅうり	2本	岐阜県	みつば	1袋	愛知県
			里芋	300g	岐阜県 大倉園芸

「コープぎふの野菜セット」利用の皆様へ

「コープぎふの野菜セット」は岐阜県の地元野菜を中心に、生産者の顔が見える野菜・大きさや形は不揃い、でも大切に育てられた旬の野菜をお届けします。その時採れた新鮮なものを上記リストの7品をお届けする仕組みですので、何が届くかはお楽しみ！という企画です！お届け野菜を使った料理レシピを毎週掲載しますのでぜひお試しください！

今週のお届け品の中からレシピをご案内します。(下記のレシピの品目はお届けできない場合があります。)

なすとみつばの煮びたし

材料(4人)

なす	2本
みつば	1/2~1袋
☆すり白ごま	大さじ3
☆醤油	大さじ1
☆酒	小さじ1
☆砂糖	小さじ3弱

作り方

- 1.なすは縦に切り、その後横に1cmぐらいの幅で切ります。半月切り。みつばは5cmぐらいの幅で切ります。
- 2.鍋に分量外の水を入れ沸騰させます。沸騰したらなすを入れ、だいたい1分から1分半したら、みつばを入れ、みつばがきれいな色になったらザルにあげます。
- 3.ボールに☆の材料を混ぜ合わせておきます。
- 4.なすとみつばを少し絞り、水分を出します。
- 5.☆の混ぜ合わせたボールの中に入れ、混ぜて出来上がり！！

切り取り線

野菜セットに関するお声をお聞かせください。(レシピなどもご投稿ください。)

2017年 3月1週

お届け 2/27~3/4



コープぎふ コープベル 0120-706-887

ご記入頂いた内容は、今後の商品作りや商品案内などで活用させていただきます。
次週の野菜セットの予定品目はコープぎふホームページ(<http://www.coop-gifu.jp/>)でご覧いただけます。