



コープぎふの野菜セット

2017年3月5週

お届け日
3月27日(月)
から
4月1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
大根	1/2カット	岐阜県	ミニトマト	100g	愛知県
きゅうり	2本	岐阜県	新じゃがいも	2玉	鹿児島県
飛騨なめこ	120g	岐阜県	サンチェ(パオ)	1袋	愛知県
小松菜	150g	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。)

鯖缶と大根とミニトマトの塩麴煮

材料(2人)

鯖の水煮缶	1缶
大根	200g
ミニトマト	4個
生姜	1片
塩麴	大さじ1弱
水	100cc
酒	大さじ1
みりん	大さじ1
胡椒	少々
長ねぎ	適量

作り方

- 1.大根は8ミリ程度のいちょう切り、ミニトマトは半分に切る。生姜は千切りにする。長ねぎは細かく切る。
- 2.鍋に水と塩麴を入れて火にかけ、鯖の水煮、大根、ミニトマト、生姜を入れ沸騰したら蓋をして、弱めの中火で約10分煮る。
- 3.器に盛り、長ねぎをのせ、胡椒を振って出来上がり！！

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5週

お届け 3/27~4/1



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。