



コープぎふの野菜セット

2017年7月2週

お届け日
7月10日(月)
から
7月15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
茄子	2本	愛知県	大葉	10枚	愛知県
きゃべつ	1/2カット	群馬県(長野県)	みょうが	50g	高知県
ひだなめこ	120g	岐阜県	じゃがいも	500g	岐阜県 大倉園芸
モロッコいんげん	100g	岐阜県			

「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。)

きゃべつとなめこの豆乳クリーム煮

材料(4人)

きゃべつ	1/3個
玉ねぎ	1個
なめこ	120g
薄力粉	大さじ2
豆乳	450cc
味噌	大さじ2
塩	小さじ1/2
オリーブオイル	適量

作り方

- 1.きゃべつはザク切りに、玉ねぎは大きめにスライス、なめこは洗っておく。
- 2.フライパンにオリーブオイルを熱し、きゃべつと玉ねぎを炒める。しんなりしたらなめこを入れてザッと炒め、薄力粉も入れて粉っぽさがなくなるまで炒める。
- 3.豆乳・味噌・塩も入れ、よく混ぜながら加熱し、全体がとろとまとまったら出来上がり！！

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 7月2週

お届け7/10~7/15



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。