



コープぎふの野菜セット

2018年4月4週

お届け日
4月23日(月)
から
4月28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	岐阜県産	とまと	1玉	岐阜県産
えのき	200g	長野県産	ズッキーニ	1本	宮崎県産
さやえんどう	60g	徳島県産	ねぎ	約200g	岐阜県 大倉園芸
新じゃがいも	3玉	鹿児島県			

「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。)

新じゃがとトマトのカレー炒め

材料(4人)

新じゃが	300g
トマト	300g
牛ひき肉	200g
おろし玉葱	大さじ1
白ワイン	大さじ1
玉葱	1個弱
にんにく	2片
カレー粉	大さじ1
醤油	大さじ2
油	適量
バター	30g

作り方

- 1.新じゃがは皮をきれいに洗い、2~3mmの厚さの輪切りにする。トマトは8等分のくし形に切る。
- 2.玉葱は大さじ1杯分をすりおろし、残りは縦半分に切って5mm幅に切る。にんにくはみじん切りにする。
- 3.牛ひき肉に(2)のおろし玉葱と白ワインをふって混ぜる。
- 4.フライパンに揚げ油を少なめに入れて170℃に熱し、(1)の新じゃがを薄く色づくまで4~5分揚げて取り出す。
- 5.(4)の油をあけてバターを熱し、にんにくのみじん切りを炒めて香りをだし、(3)のひき肉を加えてパラパラになるまで炒める。
- 6.(5)に玉葱を加えてしんなりするまで炒め、トマト、カレー粉を加えて全体に炒め合わせる。最後に(4)のじゃがいもを戻し、しょうゆをふってさっとひと炒めして出来上がり！！

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。)

2018年 4月4週

お届け 4/23~4/28



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。