



コープぎふの野菜セット

2018年11月2週

お届け日
11月5日(月)
から
11月9日(金)

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	長野県産	大葉	1袋	愛知県産
きゅうり	2本	岐阜県産	こねぎ	1袋	岐阜県産
えのき	200g	長野県産	さつまいも	約250g	岐阜県 大倉園芸産
メークイン	2玉	北海道産			

「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。)

～さつまいもの豚肉巻き～

☆さつまいもの甘みと豚肉がよく合う一品！！
大葉が効いてさっぱり美味しい！！

材料(2人分)

豚もも薄切り肉	160g
さつまいも	90g
大葉	8枚
薄力粉	小さじ2
ごま油	小さじ1
醤油	小さじ2
みりん	小さじ2

作り方.

1. さつまいもをレンジで加熱しておく。その後太めの拍子切りにする。
2. 肉に大葉を乗せ、さつまいもを乗せ巻く。
3. 2で巻いた肉に薄力粉をまぶしごま油で焼く。
4. 肉に火が通ったら醤油、みりんを入れ、よく絡めたら出来上がり！！

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。)

2018年11月2週

お届け11/5～11/9



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。