



コープぎふの野菜セット

2018年11月5週

お届け日
11月26日(月)
から
11月30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	愛知県産	大葉	1袋	愛知県産
大根	1/2カット	岐阜県産	甘長唐辛子	100g	高知県産
きゅうり	2本	岐阜県産	さつまいも	約250g	岐阜県大倉園芸
いんげん	80g	鹿児島県産			

「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。)

～さつまいもとインゲンの胡麻マヨサラダ～
☆一度食べたならハマる味！！

材料(2人前)

さつまいも	約250g
インゲン	80g
マヨネーズ	大さじ2
すりごま	大さじ1
塩	適量

作り方.

1. さつまいもを一口大に切り、水にさらす。
2. インゲンを3センチ幅に切る。
3. 鍋にお湯を沸かし、さつまいもを茹で始め3分後にインゲンを入れてさらに2分茹でる。
4. ザルにあげて水気を切る。
5. ボウルにマヨネーズとすりごまを入れて混ぜておく。
6. 5のボウルに茹でたさつまいもとインゲンを入れて和え、味を見て塩で整えたら完成！！

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5週

お届け 11/26～11/30



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。