



# コープぎふの野菜セット

2019年2月3週

お届け日  
2月18日(月)  
から  
2月22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
キャベツ	1/2カット	愛知県産	新玉ねぎ	2玉	愛知県産
ぶなしめじ	100g	長野県産	ズッキーニ	1本	宮城県産
きぬさやえんどう	約50g	和歌山県産	にんじん	約500g	岐阜県大倉園芸
とまと	1玉	岐阜県産			

## 「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・大きさは形は不揃い、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。)

### キャベツとさやえんどうのさっぱりサラダ

#### 材料(2人分)

キャベツ	1/4カット
きぬさやえんどう	約50g
ツナ(缶詰)	1缶
レモン汁	小さじ2
塩	少々
黒コショウ	少々

#### 作り方.

- 1.キャベツは5mm幅の細切りにして塩をし、全体をざっと混ぜる。
- 2.さやえんどうは筋を取り、ラップをかけ、レンジ(500W)で約20秒加熱し、縦半分に切る。
- 3.ツナは汁気をきる。
- 4.1の水気を軽く切って、2と3を合わせ、レモン汁・塩・マヨネーズでさっと和え、器に盛り付けて黒コショウをふり出来上がり！！

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。)

2019年2月3週

お届け 2/18~2/22



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。