



コープぎふの野菜セット

2019年3月1週

お届け日
3月4日(月)
から
3月8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
そら豆	約200g	鹿児島県産	サラダ菜	1袋	静岡県産
きゅうり	2本	岐阜県産	にんじん	約500g	岐阜県 大倉園芸
えのき	約200g	長野県産			

「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。)

エノキとキャベツのマヨわさび和え

材料(2人分)

エノキ	1袋
キャベツ	1/2カット
マヨネーズ	大さじ1
わさび	小さじ2
醤油	小さじ1
塩コショウ	少々
海苔	あればお好みで

作り方

- 1.エノキは下の部分を切り落とし食べやすい大きさにカットする。
耐熱皿にエノキと塩をひとつまみ入れて600Wレンジで3分程加熱する。
- 2.キャベツは食べやすい大きさに切り、レンジで1分程度加熱する。
加熱した1と水分を絞ったキャベツと調味料を混ぜ合わせる。
- 3.最後に塩コショウで味を調べて海苔をまぶしたら完成！！

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。)

2019年3月1週

お届け 3/4~3/8



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。