



コープぎふの野菜セット

2019年3月3週

お届け日
3月18日(月)
から
3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
大根	1/2カット	岐阜県産	サラダ菜	1袋	静岡県産
きゅうり	2本	岐阜県産	アスパラ	1束	熊本県産
エリンギ	約100g	新潟県産	ねぎ	約120g	岐阜県産 大倉園芸
さやえんどう	約50g	徳島県産			

「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。)

アスパラとえのきの肉巻き おろしソース

材料(3人分)

アスパラ	1束
えのき	1袋
豚肉	200g
大根	1/2本
ポン酢	適当
じゃがいも	3個
かいわれ	お好みで
コシヨウ	少々

作り方.

- 1.アスパラ・じゃがいもはちょうど良い大きさ(短冊形)に切り、湯がく。
- 2.豚肉に、えのき・アスパラ・じゃがいもをそれぞれ巻き、こしょうをふりかける。
- 3.豚肉を巻き終えた部分を下に向けるようにして、温めたフライパンに並べる。
- 4.お肉に火が通るまでよく焼く。火が通ったらお皿に取り出す。
- 5.大根をすりおろしてポン酢を加え、大根おろしソースを作ったら出来上がり！！

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。)

2019年3月3週

お届け3/18~3/22



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。