



# コープぎふの野菜セット

2019年6月2週

お届け日  
6月10日(月)  
から  
6月14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
茄子	2本	愛知県産	にら	1袋	高知県産
えりんぎ	1パック	新潟県産	サラダ菜	1袋	静岡県産
とまと	1玉	岐阜県産	小松菜	約120g	岐阜県産 大倉園芸
玉ねぎ	3玉	愛知県産			

## 「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。)

### 茄子とにらの甘辛炒め

#### 材料(2人分)

茄子	2本
にら	1袋
サラダ油	大さじ3
めんつゆ	100ml
砂糖	大さじ2

#### 作り方.

1. 茄子を間をあけて皮を削ぎ乱切りにしておく。
2. にらは食べやすい大きさにカットする。
- 3.、めんつゆ・砂糖を合わせておく。
4. 熱したフライパンにサラダ油を入れ強火で茄子が柔らかくなる程度に炒める。
5. 茄子がやわらかくなってきて焼き色が付いたら中火にし、めんつゆ・砂糖を入れて絡める。
6. 調味料が絡んだら、切っておいたにらを入れさっと合わせて出来上がり！！

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6月2週

お届け 6/10~6/14



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。