



コープぎふの野菜セット

2019年10月3週

お届け日
10月14日(月)
から
10月18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
はくさい	1/4カット	長野県産	みつば	1袋	愛知県産
きゅうり	2本	岐阜県産	みょうが	1パック	高知県産
ぶなしめじ	1袋	長野県産	大根	1本	岐阜県産、青森県産
スナップえんどう	40g	青森県産			

「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。)

鶏肉と白菜と大根煮

材料(4人分)

鶏もも肉	1/2本
白菜	1/4
大根	1/3本
人参	1/2
出汁	800cc
酒・みりん・醤油	各大さじ2

作り方.

- 1.白菜は芯は4~5センチ長さの1センチ幅の棒状に切る。葉はざく切り、大根も皮をむき、4~5センチ長さの1センチ幅の棒状に切る。
- 2.人参は大根より少し細めの棒状に切る。鶏肉は一口に切る。
- 3.鍋にだしを煮立てて、鶏肉を入れる。
- 4.色が変わってきたら、大根、人参、を加える。白菜の芯の部分を入れる。
- 5.酒・みりん・醤油を加えて20分くらい煮る。
- 6.器に盛ってできあがり。

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10月3週

お届け 10/14~10/18



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。