



# コープぎふの野菜セット

2020年2月4週

お届け日  
2月24日(月)  
から  
2月28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
きゃべつ	1/2カット	愛知県産	新たまねぎ	2玉	愛知県産
なす	2本	愛知県産	トマト	1玉	岐阜県産
ぶなしめじ	1袋	長野県産	にんじん	1袋	岐阜県産 大倉園芸
スナップえんどう	1袋	鹿児島県産			

## 「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。)

### スナップえんどうと人参の豚バラ巻

材料	
豚バラ肉(薄切り)	140g
スナップえんどう	1袋
人参(小)	1本
クレージーソルトなど	少々
味ぽん	大さじ1

### 作り方.

- 1.スナップえんどうは両端を落としてルクエで電子レンジで1~2分チン。
- 2.鉛筆位の細切りにして半分にした人参をルクエで電子レンジで2分チン。
- 3.豚バラ肉の薄切りを1/3に切ってスナップえんどうと人参を巻いてフライパンに油なしで焼く。
- 4.フライパンに並べたらクレージーソルトや塩コショウをふる。出てきた油は捨ててください。
- 5.油を落としてタッパに入れてかるく味ぽんをかけて冷蔵庫で3.4日は保存OK。食べる時は電子レンジでチンして味ぽんをかけて。

..... 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。)**

2020年2月4週

お届け 2/24~2/28



 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。