



# コープぎふの野菜セット

2020年5月3週

お届け日  
5月18日(月)  
から  
5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
長茄子	2本	熊本県	みょうが	1パック	高知県
ぶなしめじ	1袋	長野県	パオ(サンチュ)	1袋	愛知県
大根	1/2カット	岐阜県	こまつな	1袋	岐阜県産 大倉園芸
新ごぼう	1袋	熊本県			

## 「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。)

### 豚こま肉と大根とぶなしめじと小松菜のうま煮

材料(4人分)

大根	1/2本
ぶなしめじ	1袋
小松菜	2束
豚こま肉	100g
◎粉末だし	大さじ1
◎醤油	大さじ2
◎みりん	大さじ2
◎砂糖	大さじ2
水	600ml
油	適量

作り方.

- 1.大根は皮を厚くむき、いちよう切りにします。  
ぶなしめじは石突をカットし、小松菜は5cm幅に切ります。  
豚こま肉は一口大に切ります。
- 2.油をひいた鍋に、豚こま肉を入れて炒めます。  
色が変わってきたら、大根、ぶなしめじ、小松菜を入れ、  
材料がかぶさるくらいに水を入れて沸騰するのを待ちます。
- 3.沸騰したらあくを取り除きます。◎の調味料を入れて弱火で  
20分ほど煮て大根が柔らかくなったら完成です！

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5月3週

お届け 5/18~5/22



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。