



# コープぎふの野菜セット

2021年7月2週

お届け日  
7月12日(月)  
から  
7月16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	玉ねぎ	2玉	兵庫県
長なす	2本	宮崎県	ゴーヤ	1本	宮崎県
えのき	1袋	長野県	にんじん	1袋	岐阜県大倉園芸
みずな	1袋	茨城県			

## 「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。)

### 桜えびと野菜のかき揚げ

材料(3人分)

桜えび	15g
玉ねぎ	大1個
にんじん	1/2本
ゴーヤ	1/2本
卵	1個
天ぷら粉	適量
ほんだし	適量
油	適量

作り方.

- 1.玉ねぎとゴーヤは薄切り、人参は千切りします。
- 2.油を170℃ぐらいに熱し始める。
- 3.切った野菜と桜えびをボウルに入れ、さらに卵と小麦粉、ほんだしを適量入れて混ぜる。
- 4.お玉に1個分ほどを乗せて、熱した油に箸ですべらせるように入れる。
- 5.うすく色づいてきたら、ひっくり返して、浮かんできたら取り出して完成です。

切り取り

## 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。)

2021年7月2週

お届け 7/12~7/16



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。