



# コープぎふの野菜セット

2025年5月1週

お届け日  
4月28日(月)  
から  
5月2日(金)

本日は下記商品の6品をお届けしています。

品名	規格	産地	品名	規格	産地
長なす	2本	熊本県	新玉ねぎ	2玉	愛知県
ぶなしめじ	1袋	長野県	ねぎ	1袋	岐阜県 大倉園芸
水菜	1袋	茨城県			
ほうれん草	1袋	岐阜県			

## 「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6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。)

### ほうれん草とぶなしめじの胡麻あえ

材料(2人前)

ほうれん草	1袋
ぶなしめじ	1/2袋
塩 小さじ	1/2
A しょうゆ	大さじ1
A 顆粒和風だし	小さじ1/2
A みりん	大さじ1
A 砂糖	小さじ1
A 料理酒	小さじ1
A 白ごま	大さじ1

### 作り方

1. ぶなしめじは石づきを切り落として手でほぐします。
2. 沸騰した鍋に塩を入れたら、ほうれん草と1を入れて中火で2分ほどゆでます。
3. ほうれん草は氷水にさらして粗熱を取り、水気を絞ります。根元を切り落として半分に切り、さらに5cm幅に切ります。
4. ボウルにぶなしめじとほうれん草を入れてAを加え和えたら出来上がりです。

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。)**

2025年5月1週

お届け 4/28~5/2



コープぎふ 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。