



# コープぎふの野菜セット

2025年7月2週

お届け日  
7月7日(月)  
から  
7月11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
レタス	1玉	長野県	新ごぼう	1袋	鹿児島県
だいこん	1/2カット	岐阜県	じゃがいも	1袋	岐阜県 大倉園芸
なす	2本	愛知県			
ぶなしめじ	1袋	長野県			

## 「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。)

### 大根と新ごぼうの田舎煮

材料(4人分)

大根 6cm  
 新ごぼう 2本  
 油揚げ 1枚

【煮汁】

・だし汁 2カップ  
 ・みりん 大さじ3  
 ・砂糖 小さじ2  
 ・しょうゆ 大さじ1・1/2

かつお節 お好み

### 作り方

1. 新ごぼうは乱切りにし、大根は1cmほどの厚さのいちょう切りにします。油揚げは熱湯にくぐらせて油抜きをし、水気をしっかり取って1cm幅に切ります。
2. 新ごぼう、大根はさっとゆでて、ザルにあげて冷まします。
3. フライパンに煮汁を煮立てます。煮立ったら新ごぼう、大根、油揚げを加え、弱火にしてふたをして10分煮ます。ふたを取り、中火にして煮汁を蒸発させながら、さらに5分ほど煮ます。
4. かつお節を加えて、器に盛り付け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7月2週

お届け 7/7~7/11



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。