



# コープぎふの野菜セット

2025年7月5週

お届け日  
7月28日(月)  
から  
8月1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
はくさい	1/4カット	長野県	玉ねぎ	2玉	兵庫県
レタス	1玉	長野県	オクラ	1袋	岐阜県 大倉園芸
長なす	2本	徳島県			
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。)

### ハクサイとぶなしめじのごま和え

材料(2人分)

白菜 190g  
ぶなしめじ 80g  
Aめんつゆ 大さじ2  
A白すりごま 大さじ1

### 作り方

- 白菜は1cm幅の細切りにします。ぶなしめじは根元を切り小房に分けます。
- 耐熱容器に白菜とぶなしめじを入れ、ラップをして電子レンジで5分(600W)加熱します。
- 水気をきり、Aを加えて混ぜ合わせ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5週

お届け 7/28~8/1



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。