



コープぎふの野菜セット

2018年7月2週

お届け日
7月9日(月)
から
7月14日(土)

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 | 長野県産 | みつば | 1袋 | 愛知県産 |
| 大根 | 1/2カット | 岐阜県産 | ズッキーニ | 1本 | 長野県産 |
| えりんぎ | 100g | 新潟県産 | ねぎ | 約150g | 岐阜県 大倉園芸 |
| いんげん | 80g | 長野県産 | | | |

「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。)

～いんげんとエリンギの甘辛肉巻き～

材料(2人分)

| | |
|-----------|------|
| 豚バラ肉(薄切り) | 150g |
| いんげん | 80g |
| エリンギ | 100g |
| みりん | 大さじ2 |
| 砂糖 | 大さじ2 |
| 醤油 | 大さじ2 |
| 酒 | 大さじ2 |
| サラダ油 | 小さじ1 |

作り方

1. さやいんげんはヘタと筋を取り、2等分にします。エリンギは縦6等分に切ります。
2. ボウルにみりん、砂糖、醤油を合わせます。
3. 豚バラ肉に1を巻きます。
4. 強火で熱したフライパンにサラダ油をひき、3を巻き終わりが下になるように置き、転がしながら全面に焼き色を付けます。
5. 酒を加え、蓋をして中火で3～4分焼きます。
6. 肉にしっかり火が通ったら2を加え、味が絡んだら火を止め、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。)

2018年7月2週

お届け7/9～7/14



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。