



コープぎふの野菜セット

2018年9月1週

お届け日
9月3日(月)
から
9月8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
きゃべつ	1/2カット	長野県産	金時さつまいも	1本	徳島県産
なす	2本	岐阜県産	甘長唐辛子	100g	高知県産
ぶなしめじ	100g	長野県産	ねぎ	1袋	岐阜県 大倉園芸
たまねぎ	3玉	北海道産			

「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。)

～玉ねぎとしめじのオムレツ～

玉葱の甘みとまろやか卵、優しい味の一品。

材料(2人分)

卵	2個
玉ねぎ	1玉
ぶなしめじ	100g
☆鶏がらスープの素	小さじ1/2
☆塩・こしょう	少々
☆さとう	小さじ1/2
サラダ油	適量
ケチャップ	適量

作り方.

1. しめじは石づきを取り小房にほぐす。たまねぎは薄切りにする。
2. フライパンに油をひき、しめじ・玉ねぎを入れ、玉ねぎがしんなりするまで炒める。
3. 溶いた卵に2と☆の調味料を入れ混ぜる。
4. フライパンに油を引き、3を一気に流し入れ火を強め、半熟状になるまで大きくかき混ぜながら卵に火を通す。
5. 半分に折りたたみ好みの硬さになるまで加熱する。
6. 皿に盛り、ケチャップをかけて出来上がり！！

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9月1週

お届け 9/3～9/8



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。