



コープぎふの野菜セット

2019年1月3週

お届け日
1月14日(月)
から
1月18日(金)

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	愛知県産	大葉	1袋	愛知県産
茄子	2本	愛知県産	春菊	1袋	岐阜県産
エリンギ	1パック	新潟県産	にんじん	約400g	岐阜県大倉園芸
玉ねぎ	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。)

～茄子とエリンギの豚そぼろ丼～

材料(2人分)

豚挽き肉	200g
茄子	2本
エリンギ	2本
しめじ	1/2株
ごま油(またはサラダ油)	適量
万能ネギ	お好みで

★味噌ダレの調味料

味噌	大さじ1
醤油	大さじ1
みりん	大さじ1
料理酒	大さじ2
砂糖	小さじ2
だしの素	小さじ1
すりおろし生姜(チューブタイプ)	少々

作り方.

1. 茄子とエリンギは6～8等分の乱切りにし、しめじは石づきを除いてほぐす。万能ネギは小口切りにしておく。味噌ダレの調味料はよく混ぜ合わせておく。
2. フライパンにごま油を熱し、豚ひき肉をほぐし炒めたら、茄子・エリンギ・しめじも加えて炒める。
3. 具材に火が通ったら、混ぜ合わせておいた味噌ダレを加えて全体をよく絡める。
4. 丼にご飯を盛って③のをのせ、お好みでネギをトッピングしたら完成！！

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。)

2019年1月3週

お届け1/14～1/18



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。