



コープぎふの野菜セット

2019年3月2週

お届け日
3月11日(月)
から
3月15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
長茄子	2本	熊本県産	とまと	1玉	岐阜県産
ぶなしめじ	100g	長野県産	ズッキーニ	1本	宮城県産
スナップエンドウ	約70g	愛知県産	小松菜	約120g	岐阜県産 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。)

スナップエンドウと茄子の生姜焼き

材料(2人分)

鶏もも肉	150g
スナップエンドウ	約70g
長茄子	2本
☆めんつゆ	大さじ2
☆焼肉のタレ	大さじ1
☆すりおろし生姜	小さじ1
サラダ油	適量

作り方.

- 1.スナップエンドウはスジを取り、軽く茹でておく。
茄子は食べやすい大きさに切る。
- 2.ボールに☆を入れて合わせた調味料を作っておく。
- 3.熱したフライパンに鶏もも肉を入れてしっかり火が通るまで炒める。
- 4.3に茄子を加え更に炒める。この時油が足りないようならサラダ油を加える。
- 5.4にスナップエンドウ、合わせ調味料を加え汁気がなくなるまで炒める・お皿に盛り付け完成！！

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3月2週

お届け 3/11~3/15



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。