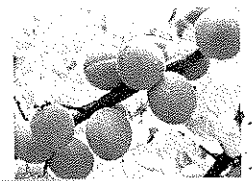


18.6/25

畑丸ごとセット

本日の野菜&果物

キュウリ 鎌倉 大平さん 小松菜 奈良 田中さん
 ナス 鎌倉 大平さん あんず 長野 小坂さん
 じゃが芋(男爵・メイクイン) 鎌倉 大平さん



小松菜は殺虫1回、他は栽培中農薬・化学肥料は使用していません



いや〜、盛り上げていますねサッカーワールドカップ がんばれ日本

さて、本日は初夏・まさしく今しか食べられない「あんず」のお届けです。一年に一回、この時季に収穫できないので生のお姿にお目にかかることはあまりなく、我が家で調理する…ということも「えッ」と…戸惑うかもしれませんね…そこで杏の簡単レシピを…

あんずの即席砂糖漬け…材料/あんず 500g・砂糖 150~250g・塩少量・熱湯

①杏を洗い、二つ割にして種を除く②たっぷりの熱湯で①をさっと茹で、ざるに上げ水を切る③熱いうちに砂糖と交互に重ね漬ける。④お皿等で軽く重石をし、粗熱を取ってからから冷蔵庫に保管をすれば翌日には食べられます。これは結構簡単で杏のを味わえグッドかも…

あんずのシロップ漬…材料/あんず 500g・水 500 cc・砂糖 250g

①杏はきれいに洗って半分に切り種は取り除く②水を沸騰させ砂糖を入れ、シロップ液を作る③杏は皮のまま瓶に入れ、熱々のシロップ液を入れる。④冷まして冷蔵庫に入れ、3~4日後には食べごろになります。

あんずのジャム…材料/あんず 500g・砂糖 250g (あんずの半分の量)

①杏はきれい洗っては半分に切る。②鍋に入れ砂糖を振りかける、一時間ほど置くと杏から水分がでる。③一時間ほどで水分がで出来たら弱火で煮る。水は入れない。④あまりかき混ぜず1時間ほど煮ていると泡が出なくなる。⑤熱いうちに煮沸したビンに詰める。

簡単な調理法をご案内しました。砂糖は黒糖や粗精糖でも美味しいですが、てんさい糖由来の果糖やOGグラニュー糖、てんさい糖などを使用しますと杏らしい綺麗な色に仕上がります。この時季にしか味わえない果物をご家族でお楽しみください。

本日は二種類のじゃが芋のお届けです。「えっ、二種類も…」とお嘆きの貴方…地場の新物ですので掘りたての味をお楽しみください。今週は男爵とメイクインのお届けです。ほくほく感たっぷりの男爵芋。粘質で崩れにくいメイクインと、じゃが芋を代表する2種の味をど〜ぞ♪ また、じゃが芋は別名「馬鈴薯」とも呼ばれていますが…なぜ・なんで…why ジャバニーズ?

7/2お届け予定

7/9お届け予定

枝豆・ピーマン又は人参・南瓜 1/4
ミニ白菜・スモモ

ミニトマト・ナス・キュウリ・人参
ししとう・いんげん・お楽しみ