



指導やさい部 新人職員2名によるレシピ紹介!!

ソラマメとベーコンのペペロシチーノ



材料(2人分)

パスタ	200g	塩コショウ	適量
ベーコン	4枚	サラダ油	大さじ1
ソラマメ	5本	ゆで汁	大さじ1
コンソメ	適量	塩	一つまみ
プレミアム にんにくパウダー	7ふり	お酒	少々



指導やさい部やさい販売課

左:中山 古都さん、右:佐々木 華穂さん

作り方

- ソラマメをサヤから取り出し、黒い部分の反対側に切り込みを入れ、熱湯で2分下茹でし水気を切る。
- ①のお湯を再度沸騰させ、パスタを表示の時間通り茹でる。
- 茹でたソラマメの薄皮を剥き、ベーコンを食べやすい大きさに切る。
- フライパンに油を敷きベーコンとソラマメ、パスタを入れる。
- ④にゆで汁、塩コショウ、コンソメ、プレミアムにんにくパウダーを振りよく混ぜたら完成。

Point

- ★下茹での際に塩とお酒を少々入れることで、ソラマメ特有の青臭さが和らぐ。
- ★事前に切り込みを入れると、薄皮が剥きやすい。
- ★茹で上がったものを水でしめると食感と風味が悪くなってしまう。

初めてのソラマメ料理に挑戦!
家族にも作ってあげたいです!

どちらも美味しく
作られました!!



ファーマーズ・マーケット

かだあ～れ

あなたの野菜で地域に笑顔を!!

「かだあ～れ」では専業農家だけでなく、新規就農者、少量だけど販売してみたい方など、

多様な出荷会員を募集しています。

出荷会員からは「珍しい野菜を知つてもらうきっかけになった」

「売り先の確保につながり心強い」との声が聞かれています。

自分で育てた自慢の野菜をぜひ出荷してみませんか?

お申し込み、お問い合わせ先は、「かだあ～れ」まで! TEL.0176-51-4020



イベント告知

マグロ解体ショー

7月2日(土) 午前9:30~

場所:鮮魚コーナー

※解体したマグロはその場で販売します
※無くなり次第終了となりますので、
お早めにお越しください。

夏の農機・自動車展示会



7月8日(金)・9日(土)

両日とも午前9:00~午後15:00

場所:かだあ～れ 東側駐車場

展示内容:中古農業用機械・中古車

農作業用小物・ガス器具など
※新型コロナウイルス感染対策として
関係者及び来場者の検温・マスク・消毒等を徹底し開催予定。

営業時間/9:00~18:00 定休日/毎月第2水曜日 店内の最新情報やお得な情報を配信します! Facebook

TEL.034-0001 青森県十和田市三本木字里ノ沢41 QRコードからチェック!

TEL.0176-51-4020

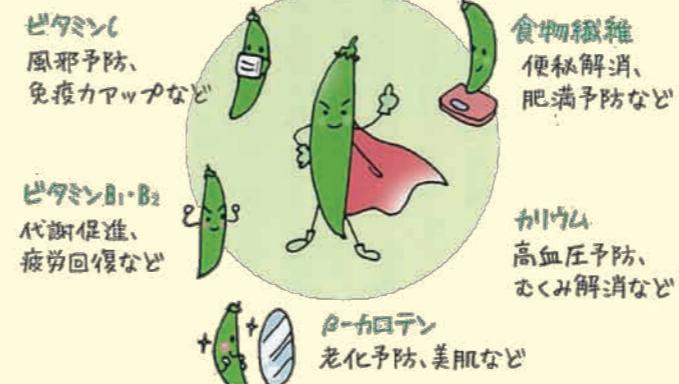


スナップエンドウのおかか和え

材料(2人分)

スナップエンドウ…17本 かつお節…2g
パプリカ…1/2個 めんつゆ(2倍濃縮) 小さじ2
タマネギ…1/2玉 塩…一つまみ

サヤエンドウのチカラ



JA広報通信抜粋



作り方

- スナップエンドウの筋を取ります。
- パプリカはワタを取つて縦に1cm幅で切り、タマネギはスライスする。
- 沸騰したお湯に塩を入れ、約30秒スナップエンドウを下茹し、水でしめる。
- 水気を切つたスナップエンドウ、パプリカ、タマネギをボウルに入れ、めんつゆとかつお節でしっかりと和えたら完成。



★スナップエンドウは茹ですぎに注意。
30秒程度がパリッと食感を楽しめます!

プレミアムにんにくパウダーはいかがですか?

夏の暑さに負けないよう

ニンニクでスタミナをつけましょう!



魅力その1

低臭加工したニンニクを使用しているので、食後ニンニク特有のにおいが抑えられる!

魅力その2

炒め物はもちろんどんな料理にも相性抜群!!

魅力その3

パパッとふりかけるだけでおいしさ倍増!

かだあ～れ

絶賛発売中!!

人気商品!!



40g・500円(税込)



17g・300円(税込)



産直

旬味

おいしいものみつけ

横浜町の「菜の花プラザ」からお届けします。

Vol. 15

味良し!見た目良し!

菜の花の風味を楽しもう!!



価格
350円(税込)

他にも、牛乳、
チョコレートサンデー、
モカフロートなどの商品を
販売中です!

道の駅よこはま「菜の花プラザ」

住所:青森県上北郡横浜町字林ノ脇79-12 営業時間:8:00~18:00

電話:0175-78-6687 ソフトクリーム販売時間:9:00~16:00

販売期間:4月~12月(菜の花の在庫次第で販売終了が早まる場合がございます。)

濃厚なミルクに菜の花の風味を感じられ、あっさりとした味わい。青臭さはなく大人から子どもまで

美味しい食べられる優しい味です! うすらとした

緑色で、味だけではなく見た目も楽しめる菜花ソフトをぜひみなさんも食べてみませんか?

