

# 直売所だより・みょうが館

## おすすめ商品

みょうが館では会員の方々が、併設の加工室を使い様々な加工品を提供しています。漬物は年内を通して販売しており、更にはワラビ、フキ、ジュンサイ等々取りそろえていますので、ぜひ旬の味を堪能して下さい!!

- ①炊き込みご飯…250円/1パック
- ②いなり寿司…200円/4個
- ③煮付け…200円/1パック
- ④ミスの醤油漬…200円/1パック



▶会員自慢の加工品が盛りだくさん!

## 『様々なイベントを毎月開催!』

みょうが館では毎月1度、会員が趣向を凝らしたイベントを行って直売品をアピールしています。5月24日には野菜苗祭りが開催され多くの方々が来店されました。また、今後も新野菜を使った試食販売、8月初旬には周年祭と直売フェスタなども行われますので、ぜひお越しください!



## ☆店舗紹介

J Aあきた白神管内の農家による、自家生産物等の直売施設です。真心をこめて作った新鮮で安全・安心な農産物をお届けします。

お問い合わせ先

0185-58-3005

# 旬の料理コーナー



## キュウリとイカのイタリアン炒め

### ■材料 (2人分)

- キュウリ……………1本
- 塩……………小さじ¼
- イカ(ロールイカなど)……………80g
- A 白ワイン……………小さじ1
- 塩・こしょう……………各少々
- ニンニク……………1片(10g)
- バジルの葉……………8枚
- オリーブ油……………大さじ1
- B 白ワイン……………大さじ½
- 塩・こしょう……………各少々

### ■作り方

(1人分110 kcal)

- (1) キュウリは長めの乱切りにし、塩小さじ¼を振って約5分置きます。水気を絞ります。
- (2) イカは表面に格子状の切り込みを入れ、キュウリと同じくらいの大きさに切りまします。Aを振り、下味を付けます。
- (3) ニンニクはみじん切り、バジルは粗く刻みます。
- (4) フライパンにオリーブ油とニンニクを入れ、弱火で炒めます。香りが出たら、キュウリ、イカを加え、強火で炒めます。キュウリが少ししんなりしたらBを加え、バジルを加えてすぐに火を止めます。

