おすすめ商品

が並び、 ておりますので、ぜひお越し いった加工品も多数取り揃え あるかぼちゃなど旬の農産物 ください! 名産のみょうがや、 梅漬けや赤寿司と 甘みの

④赤寿司…260円/250g ③梅漬け…250円/230g ②漬けなす…300円~ ①みょうが…150円~ /500g 100g









☆店舗紹介

ので興味のある方はお気軽にお問す。また、会員も随時募集中です全・安心な農産物をお届けします。真心をこめて作った新鮮で安す。真心をこめて作った新鮮で安 る、自家生産物等の直売施設でJAあきた白神管内の農家によ い合わせください。

お問い合わせ先 0185-58-3005

ごま油

大さじ%

2

4

旬の地場産食材を使った みょうがの袋詰め放題など、 ベントを開催予定!

なイベントも計画していま 旬の地場産食材による、 うがの袋詰め放題』のほか、 わせ、毎年開催している『みょ みょうがの出荷最盛期に合 様々



ショウガとニンニクは薄切

胆チンジャオロ

で「大胆チンジャオロー」です。 このレシピは食材を大きめに切るの(す)」は細切りという意味。

||材料(4人分)

ショウガ.... 赤トウガラシ………½本 サラダ油..... 牛薄切り肉(切り落とし)…300g ニンニク……… 赤ピーマン ピーマン……………5個 В かたくり粉……大さじ2 しょうゆ……大さじ1・½ 中華だしのもと……少々酒………大さじ1・5 しょうゆ・酒…各大さじー (小)………2個 大さじ1・½ 小1片(5g 小かけ(5g 大さじ2

6最後にごま油を鍋肌から入

れて、香りを付け、

火を止

めます。

■作り方

旬の料理

1人分328

(2)ピーマン、赤ピーマンは種 (3)赤トウガラシは小口切り (1)肉は一口大に切ってAをも ります。 み込み、5分ほど置きます。 を取り、 縦に6~8つに切

(5)中華鍋にサラダ油大さじ1 (4) Bを合わせます。 りにします。 ら火を強くしてピーマン、 さじ1を足し、弱火で3を 取り出します。サラダ油大 を熱して強火で肉を炒め、 合わせます。 体に油がなじんだら肉を戻 炒めます。香りが出てきた 赤ピーマンを入れます。 4を加えてさっと炒め 全

