

アンケートの意見から 2023年32週
やさいニュースでは皆さんにアンケートでのご協力をお願いしています。お届けした野菜の品質の良し悪しの評価と苦情は生産者に返します。やさいBOXへの意見、苦情は、この紙面で紹介していきます。皆さんの意見を元に生産者共々、より満足していただけるやさいBOXを目指します。

◆サニーレタスはスーパーで買った後はすぐにしなりと弱くなるのに、いつまでも新鮮で嬉しです。ごぼう、きゅうり、ズッキーニ、新鮮でしっかりしていて嬉しです。ありがとうございました。 茨木 分け合い

◆大葉は香り良く、刻んでサケと黒ゴマを入れておすして頂きました。赤玉ねぎは1つが腐っていて残念でした。3つのうち大きめの350gくらい。あとはサラダで頂きました。ありがとうございます。 豊能 ミニ

◆おかのりはもっぱら炒めて少しとろみを出すようにして頂きました。美味です。ピーツは弁当のおかずに最適です!!珍しいし色がきれいで何より楽しい!!もちろん味もbest!!エル東 ミニ

◆モロヘイヤ、大好きです。茹でてポン酢でいただきました。おいしかったです。 奈良 ミニ

◆ズッキーニの季節になり嬉しです。オリーブ油で焼き、お塩をパラッとふって頂きました。今週も有難うございます。 門真 スタダード

◆国産かぼちゃ、待ってました。楽しく素揚げ、バター炒め、かぼちゃサラダと作りました。 門真 スタダード

◆暑い中大変でしょうが頑張ってください。お身体に気をつけられてのご活躍を心よりお祈り致しております。 平野 ミニ

33週(8/15~8/18)はお盆休みの為、生協の配達がありません。次回のお届けは8/22~25となります。

※生協が休みとなる週に企画した「お盆おまかせセット」は、たくさんのご注文を頂きました。ありがとうございます。来週8/15~18の指定日にヤマトクール便にてお届けとなります。産地からの直接発送なので鮮度も抜群です。尚、荷物についての問い合わせは別途お届けしております「問い合わせ送り状番号」をお手元にご用意の上、ヤマト運輸へお問い合わせ下さい。



生活クラブのホームページに掲載している「ビオサポレシピ」もご利用下さい。



【お野菜メモ】 ~ ナスビ編 No.2 ~

<保存方法>

低温に弱いので直射日光を避け、涼しい場所で常温保存し、2~3日のうちに使い切ります。それ以上長く保存するなら、水分が蒸発しないように新聞紙でくるみ、ポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室で保管します。ただし、冷蔵すると果肉も皮も固くなってしまい風味は落ちてしまうので、新鮮なうちに使いきりましょう。

<調理の豆知識>

なすは切ったまま放置しておくと酵素の働きで変色してしまうので、切ったらすぐに水につけてアクを抜き、変色を防ぎましょう。煮物やカレーに用いるときは、油にさっと通しておくともよくります。

また、焼なすにするときは、弱火で時間をかけてしまうと、その間に水分・旨みが逃げてしまうので、焦げない程度の強火で手早く焼きましょう。

【レンジで簡単!なすの蒸しポン酢】

- なす 1本
- ごま油・ぽん酢 各大さじ1
- かつおぶし少々

- ①なすはヘタを取り、縦半分に切り、さらに3等分します。皮に斜め包丁を入れ、耐熱皿に並べラップをかけて2~3分、柔らかくなるまで加熱する。
- ②熱々のなすに、ごま油とぽん酢をかけ、かつおぶしをのせて出来上がりです。



やさいBOXは、「栽培期間中は化学合成農薬、化学肥料は不使用で作られた野菜」のおまかせセットです。産地の旬に合わせた野菜をお届けしています。