

アンケートの意見から 2024年31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。

◆このようなみずみずしいナスビは今まで食べたことがありませんでした！どれも新鮮で口が肥えてしまうのがおそろしいです。それとやさいセットを注文するようになって改めて気付かされたこと、お野菜はどれも大きさも形も違ってバラバラが普通だったことです。一つ一つが愛おしい。毎回自然の恵みと農家の方々に感謝を捧げて頂いております。 平野 スタンダード

◆甘長とうがらしは炒めて糸かつおを少しふりました。とてもやわらかでした。新鮮なんですね。薄く輪切りにして生でも食べられそうです。ズッキーニは玉ねぎとソテーしてケチャップ味にし、卵でとじました。小さい子も好きです。インゲン豆はごま和えにしました。美味しかったです。いつも新鮮で美味しい、そして安心して食べられる野菜、どうもありがとうございます。

豊能 スタンダード

◆夏野菜がやってきた！雨、湿気にげんりの毎日に、ぽ〜っと光が差しました。きゅうりはスティック状にしてそのままお塩を付けて。ズッキーニはよやく・るのトマトと共にラタトゥイユ風にしました。ありがとうございました。

門真 ミニ

◆サラダ大根、赤玉ねぎ、ビーツ、なんか美容に効きそう？食卓がにぎにぎしくなるととても良いですね〜。

上鳥羽 スタンダード

◆夏野菜の中でも特に好きなズッキーニ、うれしかったです。おいしくいただきました。セロリは初めてのレシピに挑戦。生活クラブの鶏肉とトマトと共に、とてもおいしく頂きました。どんな野菜が届いてもうれしいです。今後ともよろしくお願い致します。

平野 ミニ

◆きゅうりが入っているとうれしくなります。市販のきゅうりと違って、味が濃いからです。ズッキーニも炒めて塩こしょうするだけであっという間になくなる大好きな一品に。暑さ厳しい中、作業して下さる皆様、どうぞ体調に気をつけてお仕事なさって下さい。おいしい安心な野菜をありがとうございます。 茨木 スタンダード

◆モロヘイヤはさっと茹でて冷奴のトッピングで。かぼちゃは煮物で、サラダ（マッシュパンプキン）で、お味噌汁にして、美味しく頂きました。感謝！

山科 ミニ

◆ツルムラサキ、塩炒めでシャキシャキ美味しかったです。子供も「初めて食べる」と「ネバナバ」と喜んで食べました。

平野 ミニ

◆エンツアイ、くせがなく美味しいです。洗おうと袋から出したら大きなイモ虫8cm、太さ1cmがいて、黒いフンもたくさんありました!! とうもろこし、実がしっかりつまって甘いです。

奈良 ミニ

◆立派なナスビが2本届きました。食べ応えのあるおいしいナスビでした!!

上鳥羽 ミニ

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」もご活用下さい。



【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うま味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うま味もよくなります。

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・ぼん酢 各大さじ1

■かつおぶし少々

①なすはヘタを取り、縦半分になり、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、ごま油とぼん酢をかけ、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。