

アンケートの意見から 2025年07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。

◆ほうれん草はとてもやわらかでした。サッと湯がいただけで、美味しいおかか和えが出来ました。ちょうほう菜も甘味がありました。ナムルにしました。かぼちゃ、甘かったです。調味料はごく少な目にしました。素材の美味しさですね。赤かぶは葉は佃煮に。皮は浅漬けで。実は甘酢和えにしました。甘くて美味しい赤かぶでした。美味しい野菜をありがとうございました。

豊能 スタンダード

◆小かぶは新しく、葉はごま油で炒めて、ごましょう油で味付けして食べました。根の部分はサラダ(生のまま薄く切り、オリーブオイルと塩のみで味付け)で。やわらかく甘かったです。白菜は早速鍋にしました。豚ミンチとみじん切り玉ねぎを白菜で包み、うす味で煮込みました。とてもおいしかったです。 茨木 スタンダード

◆寒い時期に美味しいお野菜を作って頂きありがとうございます。小松菜も白菜も本当にしつかりと味がして、子供たちがおいしいと喜んで食べてくれます。 平野 ミニ

◆ほうれん草はしらすとチーズオムレツに。紅芯大根は粕汁に入れてみました。白ネギはスタンダードにお鍋で。とそれぞれ美味しく頂きました。感謝!! 山科 ミニ

◆キャベツの甘さ、一枚一枚の厚みに感激です。 門真 スタンダード

◆生産農家の皆さん、また仕分をして下さる方々、いつも本当にありがとうございます。おいしい野菜を食べられるのも皆さんのお陰です。葉物野菜はやわらかくて、炒めても煮物にしても味がよくなじみますので最近はお揚げを買うのを増やしています。 茨木 スタンダード

◆小松菜、美味でした。京セリ、チリメンジャコと炒り佃煮。ごま、生姜、山椒などと。白菜、外葉から重宝します。 茨木 スタンダード

◆キャベツ、外側をむいてみたら、内側が傷んでしまっていました。けっこう内部まで葉の一部分ずつ傷んでいたの、そこを取り除いていただきました。きっと外から見たら内部の傷みまではわからなかったものと思います。なので一応ご報告まで。でも、キャベツやわらかくて本当においしかったです！スーパーではキャベツ高いので、久し振りのキャベツでした♡子供が「キャベツってこんなに甘いー？」と喜んでいました。きびしい気候の中、本当にありがとうございます。 香里 分け合い

◆紅芯大根、ツナと和えてみました。おいしかったです。かつお菜、とてもおいしいので次回期待しています。九州のお雑煮に欠かせないと友人から聞きました。白菜も立派、レタスも立派！ありがとうございます。 奈良 ミニ

◆ちょうほう菜、初めて食べましたが、何も付けなくてもおいしかったです。れんこん、ステーキにして食べました。おいしかったです。次はきんぴらにします。 山科 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】～葉玉ねぎ 編～

<栄養価と効能>

葉玉ねぎは、玉ねぎの玉がふくらむ前に葉をつけたまま収穫した2～4月の季節限定の野菜です。玉ねぎになる部分はもちろんですが、肉厚の葉の部分は、甘く、柔らかく、また、ねぎ特有の香りも少ないため、ねぎが苦手という方にもおススメで、シチューやパスタ等の洋風の料理との相性もバッチリです。栄養面では玉ねぎの成分に加え、**ビタミン類、ミネラル類**も豊富に含まれ緑黄色野菜としても大変優秀です。

<保存方法>

葉玉ねぎはデリケートな野菜です。乾燥しないようポリ袋等に入れて、必ず冷蔵庫の野菜室に入れてください。玉ねぎと違って日持ちはしないので、出来るだけ早く使いきるようにしましょう。

【葉玉ねぎのかき味調味料炒め】

■葉玉ねぎ 400g ■ベーコン 150g

■かき味調味料 大さじ3～4 ■油 大さじ2

- ①葉玉ねぎは水洗いして一口大の斜め切りにする。
- ②ベーコンを一口大に切る。
- ③中華鍋に油を熱してベーコン、葉玉ねぎの順に炒める。
- ④火が通ってきたら、かき味調味料を入れて具とよく馴染むように絡めて出来上がり！

【葉たまねぎ入り豆腐揚げ】

■葉玉ねぎ 1本 ■木綿豆腐 1丁 ■鶏ひき肉 200g

■卵 1個 ■味噌 大さじ1 ■みりん 大さじ1

■片栗粉 大さじ2 ■揚げ油 適量

- ①豆腐の水分を切り、葉玉ねぎはみじん切りにしボウルに入れて混ぜ合わせる。
- ②①に鶏ミンチ肉を入れ、味噌をみりんで溶いて加える。
- ③卵を入れよく混ぜる。
- ④片栗粉で水分を調節して8等分して俵型にまとめる。
- ⑤油を熱し、175℃で3～5分カリッと揚げる。

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。