

アンケートの意見から

2025年23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。

◆いつもありがとうございます。ルッコラ、香りも大好きです。蛸とミニトマト、ルッコラでサラダに!!美味しかったです。レタス、さっと湯通ししたレタスときくらげとボイル豚バラと合わせてポン酢で!!これまた美味でした(きくらげのカルシウム量が多いと聞き、きくらげの食感と共に楽しんでいます)。大根、魚の煮汁があったので煮ていただきました。ほうれん草、おひたしで!!
平野 スタダード

◆どの野菜もとても美味しかったです。そら豆も自分では買わないのですが、焼いて粉チーズかけて食べてみました。おつまみになり美味しかったです。
平野 ミニ

◆大根はすぐ煮えておいしいです。ほうれん草もおいしい。リーフレタスは一人なので食べ切れず、キャベツの代わりに加熱料理にしています。あげを入れたみそ汁に。暑くなりますので畑仕事大変ですね。
山科 ミニ

◆そら豆とゆばであんかけ料理にしたり、ほうれん草と卵でスペインオムレツにしたり、美味しかったです!!
山科 ミニ

◆ごぼうを早速食べました。大変美味しく満足です。いつも生活クラブ生協の配達して下さるのを楽しみに待っています。ありがとうございます。
茨木 ミニ

◆葉物に虫食い穴が増えると生産者さん方のご苦労がしのばれます。これから暑くなるのでくれぐれもご自愛ください。葉物は炒めたり、和え物、汁物と何にでもOK。旨みがあるのがうれしい。ごぼうは土付きなので、面倒だなと思うこともありますが、鮮度が保たれ、やはり旨みが違います。おいしく安心な野菜をありがとうございます。
茨木 スタダード

◆いつも味の濃いおいしい野菜をありがとうございます。今週のほうれん草は背の高いノッポさんでしたね。ルッコラの食べ方がわからずポテトサラダに混ぜて食べました。あつあつのじゃがいもに混ぜたのでその温度で若干火が通り、良い感じでした。ただ全量入れたのでルッコラ感強めのサラダになりました。ルッコラ特有の風味と辛味?苦味?もありましたが、家族みんなおいしく完食でした。サニーレタスはいつもの事ながらとっても立派で元気なものが届きました!全部美味しかったです!
茨木 スタダード

◆レタスが無農薬のものがなくて、困っていた時に、ミニセットでいろんな種のレタスが入っていて、とても嬉しくいただきました。ありがとうございます。ミニセットのお野菜は安心なので、できるだけサラダで、手でちぎったりして生命力が保たれるよう大切にいただいています。いただくとう満足感があり、エネルギーが入ったように思い、元気になっています。葉物が嫌いな家族でも、今ではサラダにおひたしを毎食楽しみにしてくれています。
奈良 ミニ

生活クラブのホームページに掲載している「ビオサポレシビ」もご活用下さい。



【お野菜メモ】 春菊 編②

＜調理の豆知識＞

春菊は、アクが少ないため、下ゆでの必要がない野菜です。柔らかい葉は生でも食べられ、独特の香りが口いっぱいに広がります。

加熱の際は、時間のかかる茎部分を最初に、葉はさっと火を通すだけでよいので最後に加えると均一に仕上がります。和え物やおひたし、ナムル等にする場合は、余熱をとるため、冷水にさっとさらし、しっかりと水を切って使用します。鍋料理の具材やてんぷら等、和風で食べるのが一般的なイメージですが、洋風ではグラタンに加えるほか、バジルの代わりに春菊を使ったジェノベーゼ風パスタ等、一風変わった食べ方も人気があります。加熱調理でかさを減らし、早めに食べきりましょう。

【春菊のナムル】

■春菊 1束 ■塩 小さじ1/4

■ゴマ油 大さじ1/2 ■にんにく 1/2片

- ①春菊は熱湯でさっと茹で、冷水にとり、水分をよく取る。
- ②にんにくのみじん切り、塩、ごま油を①の春菊にかけなじませたらできあがり。

【春菊とツナのパスタ】

■春菊 2株 ■塩昆布 大さじ1

■パスタ 80g ■まぐろ油漬け缶 大さじ1

●めんつゆ 小さじ2 ●ごま油 小さじ1

- ①パスタは表示通り茹でる。
- ②春菊はざく切りにし、①のパスタが茹で上がる直前に一緒に鍋に入れ、約30秒後パスタと共にざるにあける。
- ③ボウルに油を切ったまぐろ油漬け缶と昆布、パスタと春菊、●を混ぜる。

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。