

2009年 4月 第4週

週間ニュース 特別号

vol.232+

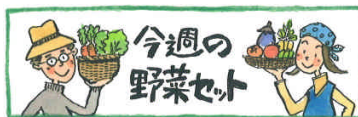
2009. 04. 28 tue



今週の野菜セットは、休みました。しかし、今回特別に、4週だけ野菜をとっていただいている皆さまとご希望の方に、野菜セットをお届けします。尚、来週は連休で休みです。

先週の週間ニュースを同封しますが、

今回の野菜の内容は、先週とは違い、今回限定です。



クール便でお届けします



生産者 野菜 無一農薬 下の6品目

のうみ サラダ玉ねぎ 無 / 穂先たけのこ 無 /
きさや豆 or スナップえんどう 無 /
粕漬け 無 / 小松菜漬け 無 / 他

穂先たけのこ (孟宗竹)

タケノコも「穂先たけのこ」の時期になりました。「穂先たけのこ」とは、2~3mに伸びた孟宗竹タケノコの穂先の柔らかい部分を水煮にしたものです。アクが少なく柔らかいのが特徴です。先日、どの部分を探ったらよいのかと問い合わせがありましたので、下の写真で説明します。第一に、背丈以上に伸びたものを選ぶことが肝心です。穂先の30cmくらいを切り取り、半割にし皮を剥きます。穂先のアマ皮は残します。これを水から茹でます。沸騰して五分、流水に浸け冷やします。

保存は、水に浸け冷蔵庫で。



料理ですが、調理する際には必ず加熱してください。斜め切りなど適当な大きさに切って、鍋にたっぷりの水と鶏肉か煮干しを入れ、薄口醤油と砂糖(適当に)で味付けし、煮込みます。沸騰して10分煮、30分冷ませば、味がしみています。必ず、水から炊くこと、いろいろなものを入れないことがコツ!

< 切り方の一例です。参考にしてください >

