

採れたてのグリーンアスパラ!
都会では味わえない鮮度の
良さと風味をお楽しみ下さい。

グリーンアスパラ



1. ゆでアスパラ

1. ゆでアスパラ

食べやすい大きさにカットし(硬さが気になるときは根元を1cm位切る)少し塩を入れた熱湯でさっと茹でて水を取り、マヨネーズや少し塩を入れたレモン汁でどうぞ。 注) 鍋に塩を入れるのはアスパラの色合いを良くするために、入れすぎると肉質を硬くします。(参考:水1ℓに対し小さじ1杯程度)

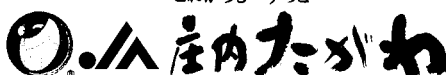
長さを半分に切る(根元の硬さが気になるときは1cm程度カットする)。衣を付けたアスパラを170度に予熱した油で揚げ、油をきり、塩などでどうぞ。

食べやすい大きさにカットし(硬さが気になるときは根元を1cm位切る)鍋にだし汁を入れて煮立ったらアスパラを入れ再び煮立ったら、みそ2に対し酒かす1の割合で溶く。(分量はお好みで調整して下さい)豆腐やネギなどを入れ煮立つ前に火を止め器に分ける。

温めたフライパンにアスパラを転がし、こげすぎない程度の火加減でじっくりと焼いていきます。両面にほどよい焦げ目がついたら、お好みでオリーブオイルをかけて、粗めのお塩や醤油、マヨネーズでどうぞ。※ゆでるのも美味しいですが焼くことにより旨味が逃げ出さずギュッと凝縮した甘みを味わうことができます。

2～3日で食べきる場合は、少し湿らせた新聞紙にアスパラを包み、立てて冷蔵庫(野菜室等)で保存します。1ヶ月程度の長期保存の場合は硬めにゆで、ラップに包んで冷凍室で保存します。

これからも…ずっと…



〒999-7611 山形県鶴岡市上藤島字備中下3-1
TEL.0235-64-4972 ● FAX.0235-64-4920
ホームページ:「Hello!庄内たがわもっけだねっと」
<http://www.ja-shonai.or.jp>
E-mail◎hanbai@ja-shonai.or.jp (品質管理販売課)

■管内領域図

