



HELLO  
PUMPKIN



商品一覧はこちらから。▽  
メニューの“産地直送仕入れ情報”へ

Instagramは  
こちらから。△



とうもろこし、お米、調味料などの  
追加注文はこちらから。△



ゆうきや本郷店

文京区本郷2-28-1

☎ 03-5801-0880

mail : y.hongo@y-yuki.com



絶品!朝どれとうもろこしの追加注文はこちらから▶



こんにちは  
ゆうきやです

毎日ものすごい暑さですね。「早く梅雨明けしないかな」

と願っていたのに、早く明けるにもほどがある!

しかも、いきなりの猛暑…こうなると、日々のごはん作りも苦行のようですよね。

でも、お腹は空くし、美味しい野菜もあるし、暑い時こそ食べないとっ!!

でも「ちょっと辛…」ってなっていたり?いなかったり??

そんな時こそ新鮮なゆうきやのお野菜を活かしたシンプルなお料理を。

生食はもちろん、蒸し焼きや炒めものなど加熱しても素材の味がしっかり生きます。

特に夏野菜は使用する調味料や合わせる具材によってレシピも広がります。

ゆるゆるラクチンなストレスフリーな洋服を着るように、お料理もゆる〜くラクチンで美味しい!

をゆうきやがお手伝いします。



## 雨不足にも、夏の暑さにも、雹にも負けず!

今週は、6月に雹の被害にあいながらも、遅しく育った野村さんのお野菜が入荷です。皆様もご存じかと思いますが、野村さんのお野菜は素材本来の味がピカイチ!です。そして甘〜い夏の誘惑果物メロン、香りが濃厚、ゆうきやスタッフも大好きセロリ。引き続き朝採れとうもろこしも順調ですよ。今週は瓜科2種をピックアップ!



かぼちゃ

かぼちゃは瓜科なので収穫は夏。収穫時はでんぷんが多く貯蔵によって水分が抜けて甘くなります。表面に溝がなくならぬ「西洋かぼちゃ」と、縦に深い溝の入った「日本かぼちゃ」が主な品種です。私達が食しているのは主に西洋種。青菜類が少なくなる夏のビタミン源としておすすめですよ。まずは蒸し焼きにして好みのソースやドレッシングでシンプルにお召し上がりください。今週の入荷はかぼちゃ、坊ちゃんかぼちゃ、コリンキーです。



貴味メロン

メロンは色々な品種がありますが、貴味メロンは千葉県でもっとも栽培されているメロンです。甘さ、香りとも濃厚タイプ。魅惑の香りがし、おしりを軽く押してみてください。凹むようなら食べ頃です。

メロンといえば北海道?いやいや、房総メロン、侮ることなかれ!です、本当に!!お中元やお使い物にもご利用ください。(メロンとスイカは夏の自分へのご褒美です。)来週の通信は大好評?!荒井の野村訪問記を予定しています。お楽しみに~

野村農園のとうもろこしも始まり、ゆうきやには月曜から木曜まで

毎日朝どれのとうもろこしが入荷中!

大好評の継続特典、レシピカードも追加更新中です!!