

ゆうきや

好評販売中！！

煎り落花生・お豆腐などの
追加注文はこちらから>>



ゆうきや通信

vol.96.2023.3.第2号

私達、よく間違われますが、
エシャロットではなく、
エシャレットです。



Instagramは
こちらから。△

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



ゆうきや本郷店

文京区本郷2-28-1

☎ 03-5801-0880

mail : y.hongo@y-yuki.com



煎り落花生終了間近！
お米、お豆腐、調味料など
追加ご注文はこちらから▷



こんにちは
ゆうきやです

あたたかくなってきましたね!!

先週の優しい春のかぶ、ご堪能いただけましたか？葉で常備菜のふりかけを作ると栄養満点！
柔らかく、どんな料理にも使い勝手が良いので重宝するお野菜の一つですよ。
そして徐々に冬野菜も終了しつつあります。遂に白菜もとう立ちが始まり入荷終了。
白菜って一人頭何玉くらい年間消費してるんでしょうね・・・

今年も鍋料理を中心に大活躍のお野菜でした。

写真はレシピ担当山口の白菜ヘビロレシピだった白菜と豚肉のチーズミルクフィユ鍋
最後の白菜で堪能しました。今年も白菜の菜花があるのか？ないのか？確認中です。
今週は春を呼ぶ野菜のかき菜、みずみずしい柔らかさとピリッとした辛味がクセになるエシャレット。
爽やかな香りと、心地良い酸味と甘味のハーモニー、プチプチ食感がたまらない、
熊本県の特産品パール柑。そしてレシピは簡単！

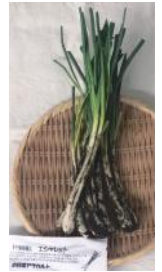
旬の食材を使ったパスタをご紹介します、是非かき菜で作ってみてください♪



今週の新入荷商品!

エシャレット

生でシャキシャキ食感と辛みが特徴。
根本から茎上部の白くて柔らかい部分までは、生で食べることができます。
定番は味噌ディップで、豆腐の薬味にも美味しく豊かな風味が堪能できます。
辛みが気になるならじっくり焼いてお塩で、葉は刻んでパスタや焼きそば、
全てを豚肉と炒めたりしても美味しいです。いずれにせよビールと合う春野菜です。



大玉パール柑

熊本から天草地方へと延びる天草パールライン付近で
多く栽培されていることから名付けられました。
今年は大玉でご案内!約500~600gあります。パール柑の食べ方は以下の通り。
1.頭の部分を切り落とします。
2.写真のように手でむけるよう、深さ5mm程度で縦に切り目を入れていきます。
3.手で皮をむきます。
4.袋ごとにバラバラにします。
5.軸にあたる部分を包丁で切り落とします。そうすると、薄皮がむきやすくなります。
6.薄皮を手でむいて、種を取り除いて盛り付けます。



インターネット、食の安心堂より引用
<https://anshindo-d.com/>



「ほたるいかと菜花の卵黄パスタ」2人分

ボイルしたほたるいか 100g~の目を取り除く。
菜花は食べやすい幅に切る。
鍋にたっぷりのお湯を沸かし、塩を加え茹でる。
茹で上がる 30 秒~1 分前になったタイミングで菜花とほたるいかを入れ
混ぜ合わせながら加熱する。(茹で汁を少しだけ取っておく)
ざるにあげ、水気を切り器に盛り付け、
オリーブオイルを 1 人分に大1~をまわしかける。
好みの量の粗挽き黒胡しょうをかけ、真ん中を少しほませて卵黄をのせ、
醤油をまわしかけ、茹で汁をちょっぴりかけ出来上がり。

- *卵黄を潰しながら食べてください。
- *写真は仕上げにチーズをプラスしています(濃く旨アップです。)
- *菜花、ほたるいかを別茹でた場合はさっぱりとした味に仕上がります。

連絡事項 / メモ

いつもご利用いただきありがとうございます！

次のお届けは

を予定しています。