



好評販売中！！
お米・お豆腐・調味料などの
追加注文はこちらから>>



ゆうきや通信

vol.106.2023.5.第4号



はじまりました



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



好きなものを好きなだけオーダーメイドで注文できるページです。定期便のご利用以外に、単発でのご注文や贈り物に便利にお使いいただけます！商品ページはこちらから▶



こんにちは
ゆうきやです

さらば5月！ハロー6月！

先週はカラッと晴れて爽やかな風が心地よい日もあれば、冷たい雨が1日中降り続く日もありましたね。

移り変わる季節を満喫できる5月もあと数日となりました。

植物や野菜も移り変わる時期。

美しく咲いた花々、美味しく食べた旬の採れたて野菜があっという間にさよならすることの多い季節。

大地が豊かで自然が穏やかな証拠でもあります。

3週間で終わってしまった空豆、スナップえんどうは今年格別に美味しかった！

ロメインレタスはスタッフ荒井のお知らせメールにもあったお肉に巻いたり、炒め物、パスタにして食べたなら美味しかった！というお声を多数いただきました。

また来年会いましょう〜♪

天然酵母の花酵母パンをはじめ、「からだの中からキレイになれる」料理教室を主催されているお客様から届いた、ゆうきやの野菜を使ったお料理の写真。お味噌汁の出汁にも野菜の出汁を使うこだわりが素敵！とっても美味しそう！ご興味のある方は是非！！

花酵母パンとスープの料理教室
白金台Y's Kitchen▶▶



今週スタート、一番手の品種名は「神風香」なんと勇ましい名前なんだ！

今週からマメ科ダイズ種の枝豆がスタート。

枝豆は大豆の若い豆のこと。そして“畑の肉”といわれるほど高い栄養価が特徴。

糖質をエネルギーに変え、新陳代謝を促すビタミンB1が豊富です。

鉄、葉酸、ビタミンCを含み、貧血の予防に役立ちます。

食物繊維、大豆サポニンなどの成分は、数々の生活習慣病の予防にも効果的です。

枝豆の品種は大きく「青豆・茶豆・黒豆」3つに分けることができます。

青豆は国内で最も流通しており、癖がなく一般的な種類の枝豆です。

サヤのうぶ毛が白いものが多く「白毛豆」とも呼ばれ、

主な品種は「サッポロミドリ」「湯上がり娘」「おつな姫」「恋姫」「陽恵」などなど。

ゆうきやでは茶豆と青豆の中間種のことを主に扱っている

千葉県房総平山農園の朝採れ枝豆が毎年大好評です。

最近では地方在来品種の茶豆や黒豆、種類は400以上とも・・・

まさに枝豆戦国時代で「どうする枝豆！」です。

レシピは茹で、蒸し焼き、でシンプルに食べるのはもちろん、さやから出して

サラダや白あえ、かき揚げの具材に、すりつぶして呉汁や冷製スープに、

ご飯に混ぜても美味しいです。

10月まで出荷される枝豆、様々なお料理で美味しくお召し上がりいただき、

皆様のおすすめの枝豆の食べ方があれば教えてください。

そしてInstagramでは#ゆうきや枝豆の投稿もおまちしてま〜す。

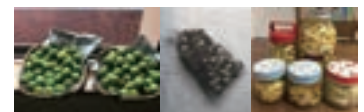


梅・らっきょう、絶賛販売中!



◀ご注文フォーム

※電話やメール、店頭でも承ります。



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。