

ゆうきや通信 2021.6月 vol.5

夏ですね。
さて、炒めましょう。



焼き芋、お米、卵、調味料など
追加注文はこちらから



インスタグラム
はこちらから



商品一覧（仕入れ情報）
はこちらから

こんにちは ゆうきやです



先週、先々週と、夏野菜の新入荷ラッシュでしたね、定期便ご利用の皆様には

ほぼセット内にお入れする事が出来たかと思いますが、いかがでしたか??

今週からは朝採れとうもろこしも月～木曜日まで出荷できるようになりました!

是非、新鮮なとうもろこしをご堪能頂ければと思います。

今週はサッと炒めて、「あら!美味しい!」の**空芯菜**が始まります。

シャキシャキな歯応えで、β-カロテンやカリウムなどの栄養もたっぷり含まれています。

また、茎の中が空洞なので火の通りも早く、調理もラクチンと良い事尽くし。

この時期は気温や気圧の変化で体調を崩したり、台所仕事も暑さでしんどくなりがちです。

空芯菜や茄子、ピーマンなどは、香味野菜や油、コクのある調味料、食欲そそるピリ辛などと

相性も良く、レシピも簡単!手軽で美味しいお野菜です。

そして、キラキラフルーツの貴味メロンも入荷します。

滑らかな口当たりで甘さが際立つ天然のスイーツです!ご自宅で追熟したら、

良き香りもお楽しみ頂けますよ。**ゆうきやのメロン、悔ることなかれ!**です。

ほんと、もの凄く美味しいです。

(値段が値段なのでセット内にこちらで勝手に入れるのは憚られます…

でも、1800円です。あの美味しさで、1800円です。是非、是非、リクエストください!!皆様に味わって欲しい!!)



とうもろこし、枝豆の予約販売、大好評です!

お土産にも絶対に喜ばれるビジュアルとお味です。美味しいお裾分けにも是非!

そのとうもろこしを使った素敵なお料理を、お客様がInstagramに投稿して頂きましたので、ご紹介します。



世田谷区のF様。ヒゲまで美味しく食べていただき感無量です!

皆様、とうもろこしのヒゲ、食べたことありますか?是非つまんでみてください。

おおお…!となります。そして、このとうもろこしご飯、はい。間違いないヤツです。



とうもろこしをヒゲまで食べる!

今朝早く、もう10年以上おいしいお野菜を頼んでいる@ゆうきやさんからお野菜が届きました。

とうもろこしご飯を作ろうと、皮を剥いてみると美しいヒゲが輝いていました。

そのまま味見したら甘くておいしい。

二本分のヒゲをきれいに取って水にさらしておきました。一本は芯から実を外しておく。

もう一本は剥いた皮でていねいに包みなおして蒸してかぶりつく予定。

芯と外した実と2合のお米、大きじ1程度のお酒小さじ1ほどの塩のみの味付けで土鍋で炊きあげます。ヒゲは水気を取り、1センチほどに切り、

すりおろしたパルメザンチーズと粗挽の黒胡椒を入れてフライパンでカリカリになるまで焼きます。とうもろこしのヒゲ入りチーズ煎餅です。

今日届いたパジルともよく合いました。

お料理の投稿、大変嬉しいです。ありがとうございます。是非真似してみてください!