

アンケートのお返事ありがとうございました

たくさんの方からアンケートのご回答をいただきました。ありがとうございました。
苦手な野菜や、多くて困った野菜を上手に利用された方法や、もっと欲しかった野菜のリクエストなど、いくつかご紹介いたします。

野菜の量について

- ・Lサイズの野菜を2家族で分けるのは量もちょうどよいし、野菜の種類も多いので楽しいです。さすがに何十年も野菜をいただいていると、もはや死角はなく、多すぎるという野菜も苦手な野菜もありません(笑)。
- ・もう少し欲しかったのは、絶品だったプチトマトです。どの野菜もそうですが、市販のものより断然おいしかったです。キュウリも店で買う気にはなかなかないもので、沢山来て満足でした。



ミニトマト 4種

きゅうり

- ・キュウリと冬瓜がたくさん来たので、メニューに苦心しましたが、おかげでレシピが増えました！！
- ・SBやハウスのシーズニングスパイスを教えてください、とてもおいしくガバガバ食べています。
- ・乱切り、斜め切りして塩こうじであえて冷蔵庫で保存して、しんなりしたらOK。カンタンでおいしい…

冬瓜

- ・冬瓜は、大きいのが続いて届くので以前は食べきれないことがありましたが、今年は半分だし、豚肉と冬瓜をしょうがをきかせた出汁で煮てとろみをつけた煮物にしたなら、息子にも好評で今は食べきってます。
- ・冬瓜も以前は傷んでしまうことが多かったのですが、最近は冷凍することで無駄にすることなし。和風煮物以外にもシチューやカレー、スープにも使うようになりました。圧力鍋を使うと早く作れます。
- ・以前はどうしようと思ってましたが、冷凍できることを知り、小分けで冷凍して、おいしくいただいています。



8月中旬。大きくなり始めた冬瓜。

ニガウリ

- ・炒めるだけでなく、きゅうりと酢の物にしてもおいしいです。チリメンジャコとかカツオブシ、ささ身などタンパク質の食材と混ぜると特においしいです。

ピーツ

- ・栄養価は高いらしいけど毎年どうしていいかわからず持て余していたピーツ・・・今年は、蒸して多めの甘酢に漬けました。漬けたシロップは、目が覚めるような美しい色で、炭酸で割るとそれだけで素敵なドリンクになります。夏の間、夕食前に炭酸割や梅酒カクテルに入れたりしてその美しさにうっとりしながら楽しみました。

里芋

- ・圧力鍋で5分蒸し皮をむき、しょうが醤油または味噌だれで頂きました。ねっとりとし食感がなんとも言えません。冬になると毎回野菜セットに入ってくる里芋を楽しみにしています。
- ・親芋が意外においしかった。1cm厚さに切り鍋もの一番下におくと、ほっこりして一番人気でした。



中心のものが「親芋」。周囲のものは子芋とそれについた孫芋です。

四角豆

- ・サラダやスープに小口切りにして入れると、歯ごたえがあって見た目も楽しいです。