

やましろの旬の野菜

小松菜

ハウス栽培を中心に1年を通じて栽培されています。
アクが少なく煮物や鍋、そのままバター炒めにクリーム煮とバラエティー豊かに召し上がっていただけます。

※山城地域の主な生産地
久御山町・八幡市等



もうすぐ収穫だね。おいしいそう！



大きくなっていく様子

元気に育ってるね！

かわいい芽が出たね！



小松菜のミルク煮



「あつれ」JA 京都やましろ
2011.10月号より提供

| | |
|---------|---------|
| 【材料】 | |
| 小松菜 | 300 グラム |
| プロセスチーズ | 60 グラム |
| 生しいたけ | 4枚 |
| 牛乳 | 250 ml |
| スープの素 | 1個 |
| A 酒 | 大さじ1 |
| 砂糖 | 小さじ1 |
| サラダ油 | 大さじ1 |
| 片栗粉 | 小さじ2 |
| 水 | 大さじ1 |
| 塩・コショウ | 少々 |

こんな料理もありますよ！

簡単サラダ



| | |
|------|---------|
| 【材料】 | |
| 小松菜 | 200 グラム |
| 玉ねぎ | 200 グラム |
| トマト | 中4個 |
| ツナ缶 | 200 グラム |
| 白ごま | 8 グラム |

※レシピは配布していますので、ご自由にお取りください。

「京都府生活研究グループ連絡協議会 提供」