



## お野菜の説明書



### 野菜 太郎 さま

農薬・化学肥料に頼らずにいいに育てられたお野菜たちをお届けいたします。  
お楽しみいただけましたら幸いです。

品名	単価	数量	小計
旬のお野菜セット[定期宅配] (S)	¥2,250	1	¥2,250
税額合計			¥180
ヤマト運輸 配送料	¥637	1	¥637
合計			¥3,067

2月なのに夏野菜の計画を立てています。  
ズッキーニにナスにオクラに……どうしよう。  
だけど、目の前には大根やカブの冬野菜。  
正直なところ、ちょっとレシピもネタ切れ、  
困っていたら、クミンを教えてもらいました。  
炒め物や蒸し物のアクセントに、とってもいい！  
冬野菜の新しい魅力を引き出してくれます。  
しっかり冬を楽しまなくちゃ、  
美味しい夏だって来ないですよ。  
●坂ノ途中 松田 明日香

品名	生産者	コメント
マスタードレッド	さくらファーム (徳島県吉野川市)	ピリッと辛子のような風味があります。辛さが苦手な方は、塩もみしたり、炒めて火を通したりすると少し辛味が抜けますよ。 ＜おすすめのお食べ方＞ サラダ、炒め物(塩味が相性抜群)、おひたし(色は少し抜けます)
コマツナ	Food Hub Project (徳島県神山町)	いろんなお料理に使える便利な定番野菜。根元からゆで、軸の部分が柔らかくなったら全体をゆでるとバランスよく火が通りますよ。濡れた新聞紙等に包み、冷蔵庫で立てた状態で保存すると長持ちします。 ＜おすすめのお食べ方＞ 和え物、炒め物、お味噌汁、グリーンスムージー
丹波太ネギ	丹波みやざきふぁーむ (兵庫県丹波市)	加熱するとトロリと柔らかく、甘みが出てくる太ネギです！岩津ネギとも呼ばれ、江戸時代から栽培されています。白ネギと青ネギの中間に位置しているため、緑の葉も食べることができ、他の白ネギにはない香り、甘さ、柔らかさが特長です。霜や雪にあたるほど、甘みが増します◎お鍋やすき焼き、煮物に入れてお楽しみください。ホイル焼きもおすすめです。
ミニだいこん	丹波みやざきふぁーむ (兵庫県丹波市)	少しこぶりですが、みずみずしく、煮炊きすると甘みが出てきます。皮もきんぴらなどの炒め物にすると美味しいですよ。 ＜おすすめのお食べ方＞ おでん、ふるふきだいこん、だいこんステーキ、だいこんおろし、サラダ、ナムル(スライスして塩もみすると辛味が和らぎます)
にんじん	音吹畑 (京都府京都市)	甘みも香りもしっかりしています。にんじんに含まれるカロテンは油に溶けやすい栄養素なので油といっしょに調理すると良いと言われています。保存は新聞紙やペーパーなどで包み、冷蔵庫で。 ＜おすすめのお食べ方＞ 炒め物(きんぴらなど)、煮物、マリネ、にんじんスティック、ピクルス
ごぼう	小路 健男 (北海道安平町)	香りがよく、日々のおかずで大活躍のゴボウ。じっくり火を通すと甘みが出て柔らかくなります。乾燥に弱いので、新聞紙などにくるんで袋に入れ、冬は常温の冷暗所、夏は冷蔵庫の野菜室で保存してください。 ＜おすすめのお食べ方＞ きんぴら、から揚げ(片栗粉をまぶして揚げ、甘辛く味付けるとごはんがすすむ一品に)、たたきごぼう、煮物(ひじきや切り干し大根と)、ポタージュ、サラダ
じゃがいも(さやあかね)	佐々木 透 (北海道北広島市)	皮にやや赤味のある、男爵系のじゃがいもです。栗に近い食感といわれることも。甘みがあっておいしいです！ ＜おすすめのお食べ方＞ コロケ、ポテトサラダ、グラタン
ひらきなめこ	農業組合法人上湯川 きのこ生産組合 (奈良県十津川村)	"秘境"と評される奈良県十津川村で、じっくりと育てられました。カサが開くまで熟してから収穫しているので旨みたっぷり！※洗うと旨みも流れ出てしまうので、洗わずに、又は流水でサッと洗う程度でお使いください。 ＜おすすめのお食べ方＞ お味噌汁、和え物(醤油煮にして青菜と合わせると美味しいです)、バターソテー
キウイ(おまけ)	井上果樹園 (愛媛県今治市)	めずらしい国産のキウイです！一般的な海外産のものに比べて小ぶりですっきりとした味わいです。かたい場合は、常温で追熟させてからお召し上がりくださいませ！

※ 坂ノ途中でお取り扱いしているお野菜・果物は【特裁相当】の表記が無い限り、「有機JAS認証取得」または「栽培期間中農薬・化学肥料不使用」です。  
※ お届けした商品や本説明書に気になる点がございましたらお気軽にご連絡ください。  
それぞれのお野菜の美味しい食べ方や農家さんについてのお問い合わせもお待ちしております！

住所： 〒600-8888 京都市下京区西七条八幡町21番地  
連絡先： 050-3184-1478 info@on-the-slope.com



株式会社  
坂ノ途中