

菜の花と湯葉の春薫るうどん

# ツキ市通信



菜の花の湯葉入り おひたし  
春を載せるお惣菜

3  
2020



国産菜の花・国産大豆のお惣菜

## 国産の菜の花と国産大豆の湯葉



雪が降ろうが、降るまいが日が経てば春は当然やってくる。雪が少なかった今年だからこそ、メリハリ良く季節の食材を摂って、季節の変化に心も体も順応させていきたいところ。そこで、菜の花はβカロテン豊富で、骨や皮膚の健康維持や免疫力を高め、この時期の食材としておすすめ！ 苦みがあるが茹でると甘味が出るので、おひたしで美味しく食べたい料理の一つではないでしょうか。

この「菜の花と湯葉のおひたし」は、ちょこっと開いた黄色い花に、ひらりと混じる白い湯葉が入っているのが特長で、ほんのり生姜風味の上品なお惣菜です。菜の花の食感と程よい苦みが心地良く味わえるように、大切に調理されています。小鉢にのせ、そのまま料理の添えるだけで春を演出する一品になりますよ。

しかしこの菜の花、小鉢に添えるだけではもったいない！ うどんにのせれば時折、湯葉が顔出す粋な春のうどんへ。サーモンと一緒に巻き寿司にすれば、色合い鮮やかなお寿司として、春を目だけでなく舌で楽しめるエンターテイメントにもなりますよ。



国産菜の花と国産大豆を使った湯葉の彩りお惣菜です。



 **山一商事株式会社 営業部**  
〒506-0002 岐阜県高山市問屋町30番地88  
**0577-33-0111 (代表)**  
**0577-57-8132 (特販部)**

<http://www.yama-1.com>

山一商事株式会社

検索 

**ツキイチ通信バックナンバーDLページはコチラから▶**

ツキイチ通信バックナンバーがホームページから  
閲覧・ダウンロードできます！

編集・DTP  
企画部

