



甘長唐辛子(千葉・高知)

甘長とうがらしはビタミン A、ビタミン C は豊富で、夏バテ気味の体にも良い成分が豊富です。最近ではこの面白い形、味わいを生かして、洋食にもよく使われています。細長い形はお料理のポイントとしても思わず注目してまいります。

生ピーナッツ (千葉・愛知・静岡)

生で出回る時期は非常に限定されてしまう生ピーナッツは、正に今の季節を表す食材です。どこか懐かしさをも感じさせるのは、親しみやすいその味わいや香りでしょう。スイーツにもお料理にも広く使われています。

オクラスプラウト(岐阜)

葉の形が個性的なオクラスプラウト、オクラというだけあり食べ進んでいくごとに柔らかな粘りを感じます。さっと湯がいてソースと和えても面白く、その独特な食感を生かして、スープやサラダ、付け合せトッピングなどに重宝しそうです。スペードのようなハートのような葉の形は、見せる演出にも楽しいかもしれません。



花オクラ (福島)

ほんのり優しいレモンイエローの花弁が、爽やかな風を運んでくれそうなオクラの花。具を包んで使用したり、つけあわせにしたりと、トロリとした食感がまた楽しい食材です。



パープルスイートロード(鹿児島・千葉)

パープルスイートロードは紫色のさつまいもでありながら、上品な甘さとねばりがあり、焼き芋や蒸し芋などでもおいしくいただける紫芋です。火を通すと濃く美しい紫色となります。



ピュアホワイトコーン(北海道)

美しい白いコーンです。新鮮なうちは生食もできます。クリーミーで優しい甘さと、サクツとした食感が特徴。

鳴門金時 新芋 (徳島)

ホクホクとしてしっとりとした食味が特徴の新芋。食物繊維、ビタミンがたっぷり入って美容と健康に最適です！



バターナッツスクワッシュ(神奈川・新潟)

瓢箪型をした南瓜で知られています。スープに仕立てるとクリーミーな味わいと、生クリームとの相性の良さでのごしよくいただけます。ブラウンシュガーとの相性も良いのでタルトなどスイーツに使用しても。

