



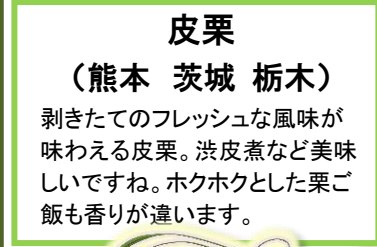
### むき栗 (熊本 茨城 栃木)

便利なむき栗。様々に調理をしやすい準備万端な状態です。ご飯に、スイーツに、などなど・・・どんな使い方をしましょうか？イメージが膨らみます。



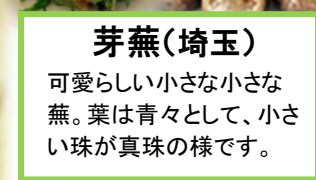
### むかご(茨城)

ムカゴはナガイモや自然薯などのヤマノイモ属の蔓になる肉芽の事で、秋になるとヤマノイモの蔓の葉の付け根辺りに付きます。貴重な山の幸として季節感を感じる食材です。揚げたり煮たりと、様々なレシピで楽しめます。



### 皮栗 (熊本 茨城 栃木)

剥きたてのフレッシュな風味が味わえる皮栗。渋皮煮など美味しいですね。ホクホクとした栗ご飯も香りが違います。



### 芽蕪(埼玉)

可愛らしい小さな小さな蕪。葉は青々として、小さい珠が真珠の様です。



# Newsletter vol.91

2014.9.29

## Mochimaru Shokuhin

### 紅しぐれ大根(群馬)

カットをすると中がほんのリワインレッド。魅力的な大根で、ビネガーに浸すと全体がピンク色になります。サラダにもきれいです。



## 見目麗しく・・・秋を飾る野菜



### ルバーブ(北海道)

北海道より到着しているルバーブは、少々細めながらも綺麗な赤。ルビー色の甘酸っぱいソースとして仕立ててみても美しい。

### 食用菊(秋田) もって菊(山形)

菊は大昔から延命の薬とも言われて珍重されてきました。そのほか厄除けの効果もあるということで、9月の重陽の節旬などには菊の花を浮かべた酒がふるまわれたということです。今でも局地的に菊を非常によく食す地域もあり、その美しさや高貴さからおめでたい席など、様々なお料理に使われています。おひたしや揚げ物、あえ物、サラダに散らしたり、もちろんあいらいにも、と季節を十分に感じていただける食材です。



### 京芋(宮崎)

日本一大きな里芋として、「たけのこ芋」「京芋」「台湾芋」などと呼ばれています。食味に癖は無く、里芋類の中では珍しくほっこりとしていて粉質でんぷん質が多い事が特色、煮る、揚げる、蒸す、焼くなど様々な調理法に向いています。その為お料理のジャンルを問いません。