

Newsletter

Vol.461 2023.1.30

株式会社持丸食品
東京都大田区仲池上 2-27-3
TEL:03-3755-3101
FAX:03-3755-3105

※お見積りは、弊社担当者へ
直接お問い合わせください。

From this week's "Concierge"

ちんげん菜花(茨城)

青梗菜の先に、可愛い蕾がのぞいています。生き生きとした緑の葉に花がついたら、まさに春そのもの。シャキッとした歯ごたえと、癖のない味わいです。

温かな風を感じて

コシアブラ(山形)

「こしあぶら」は山菜の女王様ともいわれているそうで、タラの芽やウドと同じウコギ科の一種で、非常に香りが良いことで知られている食材です。洋風にもその香りを生かしてさっとバターソテーして季節を感じる一品として添えてみても面白いかもしれません。

明日葉(東京諸島)

あしたばは、セリ科シシウド属の植物、栄養価も高い健康野菜です。香りがあり独特の風味があります。天麩羅やフライ、それにおひたしなど様々にお使いいただけます。

うち豆 -青大豆ドライ(山形県産)

「うち豆」は、長い冬を越すための保存食として、新潟県や山形県、福井県などで主に食べられてきました。豆を水で少し柔らかくしてから金槌で突いてつぶし、乾物にして保存します。通常一晩かけて戻すドライの豆も、つぶすことで戻りが早く手早く調理ができるので、寒い冬の手軽に使える栄養豊富な食材です。汁物や椀物を作るときにそのまま入れて調理したり、水に浸してから柔らかくなったものを種に加えて肉団子や、混ぜ物、和菓子作りやケーキに至るまで様々なレシピで使われています。他の大豆と比べて「青大豆」は、風味豊かで甘みが強く、そして低脂肪といわれています。非常に使いやすい「うち豆」で、洋食にもシチューやスープ、クロケット、キッシュ、オイル漬けにしてガルニチュールなどにもご利用はいかがでしょう。

よもぎ(徳島)

よもぎは春を表す香り。特に日本では草餅などに代表される懐かしい香りでもあります。蒸し物に添えたりペースト状にして香りを楽しむお料理などに。和洋問わず使われています。

赤葱(茨城 山形)

生のままでは、一般の葱に比べやや辛味も強く香りも豊かですが、加熱しますと一転して一層甘くなりしっとりとした食感になります。

浜防風(茨城)

独特の香りが春の余韻を残し、ツマとして使われる「防風」とは違って主に食用として栽培されたものです。ハーブのような使い方ができ、和食だけではなく洋食においても、その特性を生かしたレシピが生まれているようです。

