



長芋の肉巻 みそ風味

材料 (1人分)

ナガイモ	3cmくらい	<A>
豚肉薄切り	3枚	味噌 大さじ1
大葉	6枚	砂糖 大さじ2
		だし汁 大さじ3



作り方

- 1 豚肉薄切り1枚に対して大葉を2枚のせて、短冊切りにしたナガイモを4枚程度重ね、まとめて巻く。
※肉に小麦粉を適量まぶしてから材料をのせると巻きやすい。
- 2 フライパンに油をしき、1を焼く。
巻き終わりの部分を下にして焼き始めるとはがれにくい。
- 3 火が通ったらフライパンに、全て合わせておいたAの調味料を入れて余熱で絡める。

わたしを考えました



ベジタブル&フルーツマイスター

長谷川 葉子さん

2007年11月ベジタブル&フルーツマイスター取得。札幌市在住。夫婦で青果店「長谷川商店」を始めて30年。野菜ソムリエになってからは、今までとは違うコミュニケーションを楽しみながら日々仕事をしています。

普段は脇役の野菜を主役にした一品です。細かく刻んだナガイモのサクサクとした食感と大葉の香りがとてもさっぱりとして口の中に広がり、味噌味がとてもよくなじみます。温かいままはもちろん、冷たくしても美味しい食べられます。味噌の甘さはお好みで。

Point!



1 ほかではまだ紹介されていない新顔野菜や「はしり」をいち早く店頭で紹介。2 道内の生産者から直接仕入れる野菜のほか、全国各地のおいしい野菜が並ぶ。3 葉子さんの手書きPOPでも情報発信。「余分に売らないように」できる限り希望の量を切り売りしてくれる配慮もありがたい。



やさい・くだもの 長谷川商店

札幌市南区真駒内本町5-1-12

TEL 0120-124461

9:30~19:00

日祝休 Pなし

ブログ <http://31134935.at.webry.info/>

一部地域配達可、地方発送可

「目新しいものが大好き」というご主人・長谷川修一さんと、障がいを持つ方にも楽しく買い物をしてほしいと手話を習つたり、野菜ソムリエを取得するなど向上心旺盛な奥さま・葉子さんのコンビは絶妙。野菜・果物の見方・食べ方が楽しくなり、つい長居してしまいそう。珍しいものや新ものが入荷すると、葉子さんの手料理で味見ができるチャンスもあり！