

シリーズ
私たちが
出荷しています



産直来夢くん会員No.022



及川 正さん(水沢区)

自信とこだわりを持って出荷しています!

ねぎとごぼう、長いもを出荷しています。ねぎの生産には特に力を入れ、こだわりを持って出荷しています。

見た目も味も自信あり!

ぜひ食べてみてください。



▲産直来夢くんへの出荷が励みになっています!

来夢 DE キッチン♪ 簡単レシピ

旬の食材を使った簡単レシピを産直来夢くん直売所にて紹介しています。

かぼちゃと枝豆のサラダ



【材 料】4人分

- ・かぼちゃ 1/4コ
- ・枝豆 200g
- ・マヨネーズ 大さじ2
- ・塩、こしょう 少々

【作り方】

1. 枝豆をゆでて冷ます。冷めたらさやから出しておく。
2. かぼちゃは種を取り、ざく切りにして蒸し器で蒸す。(レンジでも可)
3. かぼちゃは木ベラなどでつぶし、マヨネーズ、塩こしょう、枝豆を入れて、混ぜ合わせたら出来上がり。

枝豆にはたんぱく質、ビタミン類、食物繊維など栄養成分が豊富に含まれています。疲労回復、貧血予防などに効果があるといわれています。



産直来夢くん
「食育ソムリエ」
平山 恵美子

来夢 来夢くん

おかげ様で産直来夢くんは、10月1日に開店4周年を迎えます。

9月10日(土)、11日(日)に開きました創業祭には、多くの皆さんにご来店いただき、本当にありがとうございました。

これからも、出荷会員とご利用いただく方の双方にメリットのある産直来夢くんを目指し、益々頑張って参ります。

引き続きのご愛顧よろしくお願いたします。



店長 山田 良也

【定休日】 10月12日
毎月第2水曜日
TEL 0197-26-4141

菜旬館

お彼岸セール

9月18日(日)～22日(木)祝

- 18日(日) 野菜半額セール開催
- 18日(日)・19日(月)祝
だんご粉など粉類 2割引
- 20日(火)・21日(水)・22日(木)祝
野菜の日替わりセール!

期間中は、前沢牛を特別価格で販売します。また、生産者自慢の生花をたくさんとりそろえて来店をお待ちしています。



所長 千田 信男

【定休日】 10月6日・20日
毎月第1、3木曜日
TEL 0197-41-3360