

来てみらいむ!

産直

来夢くん



「父の日感謝フェア」「食農フェア」開催

6月17日(土)~18日(日)

食育ソムリエによる「お父さんも喜ぶお酒のおつまみ」のレシピ紹介&試食販売!

産地間交流「JA夕張フェア」

6月19日(月)~25日(日)

直送の夕張メロンなどを特価で販売!
レストラン棟では、夕張メロンを使用した
期間限定商品(パフェ・スムージー・
ジェラート)を予定!!

問 TEL 0197-26-4141
(定休日) 6月14日、7月12日(第2水曜日)

皆さまの
ご来店を
お待ちしております。



産直来夢くん
山田 良也 店長

来夢 DE キッチン♪ 簡単レシピ

今月の旬

新玉ねぎ

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。

玉ねぎのはさみ揚げ



新玉ねぎに含まれているビタミンB₆と硫化アリルは、血液中の不要な脂肪とコレステロールを溶かしてくれると言われていいます。ただ熱に弱いので、効果を期待したい方は、サラダ等をおすすめします。



産直来夢くん
「食育ソムリエ」
平山 恵美子

【材 料】2人分

- | | | | |
|---------|------|------|----|
| ・新玉ねぎ | 小2個 | ・溶き卵 | 1個 |
| ・豚ひき肉 | 100g | ・パン粉 | 適量 |
| ★ 塩コショウ | 少々 | ・揚げ油 | 適量 |

【作り方】

- ① 新玉ねぎは1センチ幅の輪切りを8枚切る。残りはみじん切り。
- ② ポウルにひき肉とみじん切りの玉ねぎと★の材料を入れよく混ぜる。
- ③ 輪切りの玉ねぎ2枚の間に②のひき肉を挟み、小麦粉・溶き卵・パン粉の順につける。
- ④ フライパンに揚げ油を入れ170℃に熱し、きつね色になるまで揚げる。

※キャベツの千切りをそえるといいですよ!

さい しゅん かん 菜旬館

父の日感謝デー開催!

6月18日(日)

特設コーナーにて野菜の半額セールを行います。
一人2点までになります。
また前沢牛を特別価格で販売します。
父の日には前沢牛で家族団らんをお楽しみください。

問 TEL 0197-41-3360
(定休日) 6月15日、7月6日(第1・3木曜日)

この機会に
ぜひ!!



産直センター菜旬館
千田 信男 所長