

シリーズ
私たちが
出荷しています



産直来夢くん会員No.324

鈴木智之さん(前沢区)



▲いろいろな品種を味わってください。

来夢くんへはりんごや梨を出荷しています。地元でとれる美味しいりんごを、お客様には是非様々な味覚を知ってほしいという思いから多品種に取り組んでいます。

これからの時期は、「サンふじ」や「はるか」など贈答に向く品種も沢山出荷していきますので、是非、来夢くんに来てください!

来夢くん散歩



10月31日は「ハッピー・ハロウィン!!」10月中頃から31日までレストラン棟にはハロウィンがいっぱいでした。

かぼちゃがオバケに変身!
子どもたちもお化けに変身して「バシャリ!!」
子どもたちもご家族の方もとても楽しそうでした。



【営業時間】 直売所 9:00~18:00
レストランおかわらいむくん 11:00~15:00
ふるさとベーカリー・モーちゃんアイス工房 9:00~17:00
(パンは15時以降直売所で販売します)
【定休日】 12月6日(毎月第2水曜日)
TEL 26-4141

前沢牛スーパーセール!
11月18日(土)・19日(日)



◎前沢牛肩ロースなどを特別価格で販売いたします。

ご来店をお待ちしています。

りんごまつり開催!
11月25日(土)

◎前沢産のりんごが勢ぞろい!
送料無料で販売します。(但し沖縄は除きます。)
(12月31日まで)

蜜入りの「ふじ」など試食販売も行いますので、ぜひおいでください。

【営業時間】 9:00~18:00
【定休日】 12月7日・21日
(毎月第1、3木曜日)
TEL 41-3360

産直センター菜旬館
千田 信男 所長

**来夢 DE キッチン♪
簡単レシピ**

白菜とりんごのサラダ



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

【材料】 4人分

- | | | | |
|------|------|----------|------|
| ・白菜 | 4枚 | ★オリーブオイル | さじ2 |
| ・りんご | 小1個 | ★粗びきコショウ | 少々 |
| ・玉ねぎ | 1/2個 | ★酢 | 大さじ1 |
| | | ★塩 | 小さじ1 |

【作り方】

- 白菜は5mm~1cmの細切りにする。りんごはよく洗い、皮ごと千切りにする。玉ねぎは薄切りにし、2~3分水にさらしザルに上げて水切りする。
- ボウルに★を混ぜ合わせて、切った野菜をあえて完成です。

白菜に含まれるビタミンCと、りんごに含まれるペクチンは、腸内環境を整える効果が期待できます。



産直来夢くん
「食育ソムリエ」
平山 恵美子

(産直課 鈴木 るみ)