

つく eat [つくだいを食べてよう♪]



地場産農畜産物や
加工品を
紹介しちゃいます。



津久井で採れた「はるみ」でできた
日本酒「HARUHIME」はいかがですか

250ml瓶 660円(税込) 限定 4000本
720ml瓶 1,760円(税込) 限定 700本

相模原市産(当JA管内産のみ)のうるち米「はるみ」のみを原材料とした、発泡性にがり酒「HARUHIME」。

人工的なガスを充填せず、自然発酵で発生するガスのみを残したアルコール度数14%の日本酒です。数量限定のプレミアム品。お試してみてくださいはいかがですか。

きゅうりとみょうがのだし漬け

材料

- キュウリ..... 2本
- ミョウガ..... 3個
- 白だし..... 大さじ2
- おろしにんにく..... 1/2かけ分
- ごま油..... 大さじ1
- 白ごま..... 大さじ1

作り方

- ①キュウリは、綿棒などでたたいて割り、食べやすい大きさにちぎる。ミョウガは斜め薄切りにする。
- ②ポリ袋にすべての材料を入れて、袋の外からよくもみ全体をなじませ、冷蔵庫で30分ほどよく冷やす。

つくっキング

管理栄養士
あやこのオススメ



★キュウリとミョウガが美味しくなる季節です。簡単に漬け、よく冷やして食べてください。ニンニクとごま油の風味で、お酒のお供にぴったりな一品です。もちろん普段のご飯にも合います。