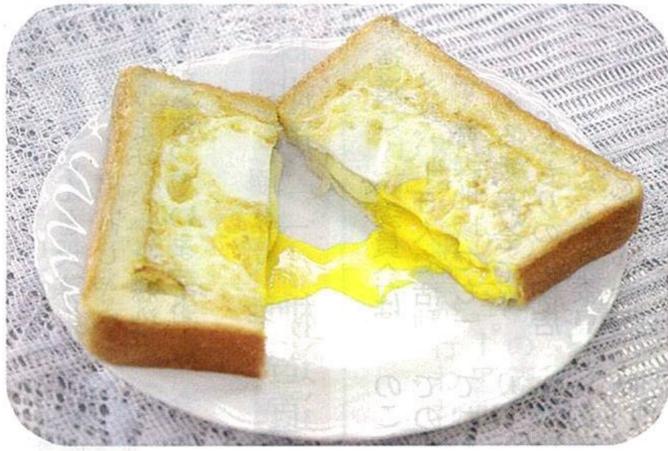


グッディーで つくってみました

中から黄身がとろ〜り
くりぬきトースト



- 材料 食パン6枚切り 1枚
卵 1個
C・とろけるチーズ 1枚
塩コショウ
バター(サラダ油でも可)
ケチャップ お好みの量
マヨネーズ お好みの量

- ①食パンのみみだけを残し中を包丁で切り抜く。
- ②フライパンにバターをひき、食パンのみみを置く。
- ③食パンのみみの中に、卵をわり入れ、塩コショウ、チーズをのせて切り抜いたパンで蓋をする。
- ④焦げないように焼き、焼いたらひっくり返して反対側も同じように焼く。
- ⑤お好みでケチャップ、マヨネーズをかけて出来上がり。

カッツサンド

- 材料 食パン8枚切り 2枚
キャベツ お好みの量
C・銀座梅林のひとくちん
ースヒレカツ 4個

- ①キャベツを千切りにする。
- ②ヒレカツをレンジで温める。
- ③パンにバターを塗り、キャベツとヒレカツをはさんで出来上がり。

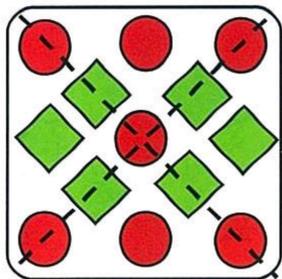


フルーツサンド

工夫次第で様々な模様ができます

- 材料 食パン8枚切り 2枚
お好みの果物(写真では、イチゴとキウイを使いました。)
生クリーム 60ml

- ①食パン2枚に生クリームを半分ずつぬる。
- ②まな板の上にサンドイッチを包める大きさのラップを敷き、真ん中にクリームをぬった面を上に乗食パンを1枚のせる。
- ③食パンに果物をのせたら、もう一枚の食パンをのせ、敷いていたラップで包んでラップで包んだまま切る。



● イチゴ ◆ キウイ
写真のサンドイッチの
カットと果物の配置

レシピは、レポーターの皆さんの投稿を基に作成しています。

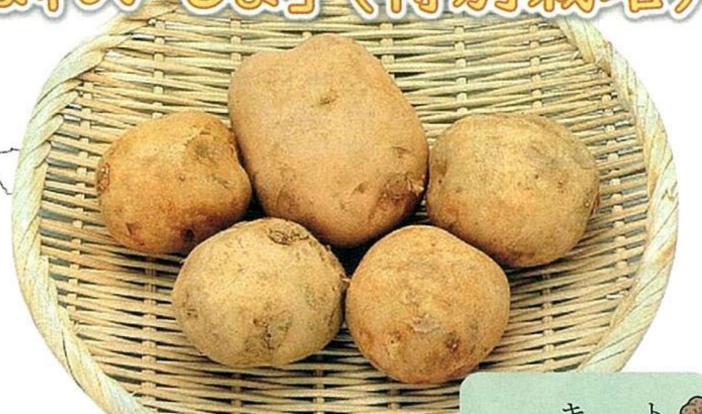
当センターの馬鈴薯部会では、循環

「多古町旬の味産直センター」は、千葉県北総台地、成田空港から東に10kmくらいの位置にあります。 一帯は、関東ローム層の肥沃な火山灰土壌に覆われており、馬鈴薯(ばれいしょ)・じゃがいものことです(やさつまいもなどの根菜類を中心に、小松菜、ほうれん草などの葉物野菜、ミニトマト・きゅうりなどの果菜類など、野菜の栽培の盛んな地域です。



あおもり産直産地

多古町旬の味産直センター 「新ばれいしょ」(特別栽培)



多古町は、千葉県の北東部にあり、県内町村の中で、2番目に広い面積をもつ農業が盛んな町です。



▲馬鈴薯は、品種によってつける花の色が違います。(写真はトヨシロ)



▲収穫のため、土から掘り出された馬鈴薯。



▲生産者の菅沢さん一家

●案内予定
トヨシロ(400g、1.2kg)
6月3週〜7月4週
キタアカリ(500g)
6月4週〜7月4週
(終了時期は天候の影響により未定)