



I・V・Aレポート

認定No.

151

ニックネーム:

フードアナリスト
ふろま〜じゅ

タイトル:

白石さんの夏野菜が
届きました！



暑い日差しがまだまだ続く今年の夏、その光をたっぷり浴びて
育ったファーム・白石の夏野菜！

トマトにピーマン、そして、きたあかりと玉葱が届きました。
ワクワクしながら箱を開け、袋から取り出したピーマンの輝き☆
濃い緑色、綺麗なカーブ姿も美しい形、

広がる緑の香りに嬉しくなって、暫く飾っておきたいくらい(笑)！

トマトも味の余韻がずーっと口の中に広がって、
身体に浸みこんでいくような感じです。

この美味しさをたっぷり味わうには、ラタトゥイユが一番！

江戸東京野菜の「寺島なす」と「内藤とうがらし」、

そして白石さんのきたあかりも使って少し贅沢に。

それから、今注目されているスーパーフードのキヌアを使って

トマト、ピーマン、人参のみじん切りを合わせて

さっぱりな夏サラダも作りました。

白石さんのお野菜で作るお料理、

あれこれレシピを考える時間も楽しみです！