



# 食育ソムリエコーナー

しょいか〜ご習志野店 金子 美由紀

まだまだ寒い日が続きますが、庭に梅が咲いたりお店の中にも農家の方が出荷して下さった「ふきのとう」を発見すると確実に春は近づいてきている事を感じます。

春に美味しくなる多くの野菜を口にする事で、そこまで来ている「春」を感じてみてはいかがでしょうか？

今回は、「お花見」の時期にもピッタリ！！甘みの沢山ある『新たまねぎ』を紹介します。

## 【新たまねぎ】



春先にでまわる早生種。  
扁平で柔らか。辛味も弱く  
生食に向いている。

## 【新たまねぎとホワイトセロリのサラダ】

### 《材料》

- ・新たまねぎ 2玉
- ・ホワイトセロリ 50g
- ・乾き物の「いかのくんせい」 75g
- ・市販のフレンチドレッシング 150ml

### 《作り方》

- 1、新たまねぎは、薄切りに。ホワイトセロリ、いかのくんせいは、食べやすい大きさに切る。
- 2、①を器で混ぜてフレンチドレッシングをかけてできあがり。

是非、つくってみてください。

平成30年3月

## 2月より 副店長が変わりました!!



せい の よし や  
清野 義矢と申します。

地元の新鮮な野菜や果物を、いち早く皆様にお届けできるよう頑張っていきます。

これからも、しゅいか〜ご習志野店をよろしく願いします。