

Vol. 4
6月
2014.

季節の変わる果物の又oki あとおいいおはなし

「たらんま」

6月中旬すぎに入荷予定
山形産黒沼のつくる

人左藤金帛 甘と酸の
バランスが
とれます。

系秀山峰 しっかりした果肉が
甘味のつおたらんま。

贈り物にもおすすめ。

※ たらんまは低温。物は弱いので
水滴がついたら、すぐに保存容器に
入れて野菜室へ。

今日の恭子さんレシビ。

アメリカベリー ジュース



果肉を半分は切り種をとり、

100gずつにして冷凍します。

80~100ccのお水とガムシロップを
お好みでかき混ぜミキサーにかけて。

ジュースにすると美味しい!!

→疲労回復に役立ちます。
アイスクリームに混ぜながら食べても美味しいです!

向かきに
冷凍して
暑夏にジュース
オススメ。

このからの季節に
おすすめ



食べ切れなかつたものは
冷凍に!!

果物は日持ちがなくて困る!!
とか



食べ残しに悩んでしまった!!とか
食べ切れなかつた!!とか



夏になる季節は

冷凍するといいです。

アイスクリームに混ぜたり
ヨーグルトやクリームチーズ
ジュースにオススメです!!

皮ごと召し上がる
種はるどら

シャインマスカット

十がハイルも
入荷いたします。



父の日の贈り物の
夏のごま、おとも喜ばれます。