

7

群馬

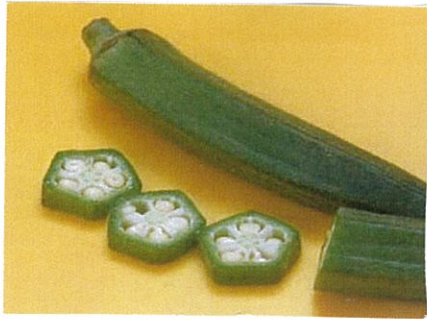
と近隣の

おすすめ食材

天候により、多少変わります

Vegetables

オクラ (群馬)



生でも食べられ、
胃の粘液を守る
成分を含んでいるので、
辛いものを食べた後
しまった時にもどうぞ

トウモロコシ (群馬) ^{品種} ゴールドラッシュ



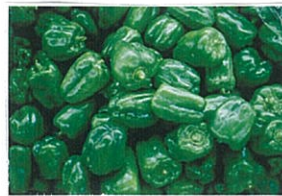
熟度の目安は茶色の
ヒゲ。さらに、ヒゲの数
だけ実がづまっているので
茶色のヒゲで
量の多いものが
おいしいです

エダ豆 (群馬)



茶豆風味の
湯上り粮
鮮度が落ちやすいので
買ったらずに食べて下さい

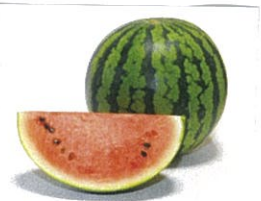
ピーマン (北海道・岩手)



皮のやわらかいハウ入物
ハリとした露地物
食感を楽しんで下さい

Fruits

スイカ (新潟・山形)



叩いた時に
ポンポンと響いた音
がずりがシャキッとして
おいしいスイカです

ブルーベリー (群馬)



疲れ目に良いアントシアニン
お腹には食物繊維
体にいい果物です

桃 (山梨)



全体的に赤く、
甘い香りが強い
ものが
おいしいです

梨 (佐賀・熊本) ^{品種} 幸水



果皮のガラガラが
ツルツルになつたら
食べ頃です



株式会社 藤生