

H29年6月16日(金)発行

道の駅イチオシ！

(6月16日～6月30日)

☆新じゃが☆



・新じゃがは冬に植えたものを春先～初夏に収穫し、貯蔵せずにそのまま出荷されるもののことです。通常のじゃがいもに比べて、体にとって大切なビタミンCがより多く含まれています。また、皮が薄いため旨味と栄養をたくさん含んだ皮のあたりをそのまま食べられます。食物繊維もしっかり摂れるのでおトクです◎みずみずしくやわらかいので素材をそのまま生かした料理がおすすめです☆

蒸したり揚げた後に塩だけ振っていただくと、シンプルだけど味わい深いおいしさがお口にひろがりますよ♪

* 保存について *

冷蔵庫に入れて保存するとデンプン質が糖質に変わり味が落ちてしまうので、常温で日光の当たらない涼しいところに保存してください。日持ちは普通のじゃがいもより短く1週間～10日間ですが早めに食べるのが美味しいです。