

必要な時に 必要な品を 必要なだけ お届けします!!

ご注文はこちらへどうぞ

サンフード旬菜だより

第2号

TEL 0183-72-1155
FAX 0183-73-8815



長かった冬も終わり、最近ようやく春の暖かさをを感じられるようになりましたね。。今年も雪が多くて大変でしたが、毎日の雪かき、本当にお疲れ様でした。さて、サンフードでは、冬の間の疲れから脱却するべく、新野菜をご紹介していきたいと思います。第2号は、「春だから新しい野菜にチャレンジ ～新野菜を取り入れよう!～」です。見たことはあるけど、食べ方がわからない…。使いたいけど、近くのお店で売ってないし…。などなど、皆さまいろいろと悩んでいらっしゃるようです。この機会にぜひ、チャレンジしてみてください!!

春は、出会いと別れの季節。お別れ会や歓迎会、入学・入社祝いなど、お客様に料理をふるまう機会も多いはず…。そんな時、めずらしい食材を使って、ワンランク上のおもてなしを目指しましょう。今回ご紹介するのは「カリッコリー」です。

「カリッコリーのグラタン 4人分」

材料

- ・カリッコリー 中サイズ 1/2
- ・塩(塩ゆで用) 小さじ 1/2
- ・市販ホワイトソース 400g
- ・ピザ用チーズ 120g

作り方

- 1 カリッコリーは房に分けて一口大に切り、塩ゆでにする。
- 2 グラタン皿に1のカリッコリーを並べて敷き詰め、その上からホワイトソースを流し入れる。
- 3 2の上にピザ用チーズをのせ、トースターで焦げ目がつくまで焼く。



お店では、カリブロやロマネスコの呼び名で売られています。カリフラワーとブロッコリーのかけ合わせで、塩茹でしてサラダでいただくのが一般的で、味はアスパラに近い感じです。産地は熊本、埼玉、愛知、11月下旬～3月下旬に出回ります。

ワンポイント

- *パセリのみじん切りをふりかけると見た目がキレイです。
- *ペーコンチップを加えるとさらにおいしさがアップします。



3月						
日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

平成24年
2012年

4月
卯月 April



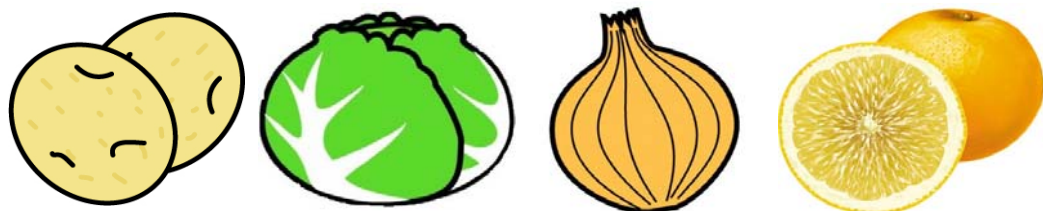
5月						
日	月	火	水	木	金	土
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

日	月	火	水	木	金	土
1 先勝 【市場休み】	2 友引	3 先負	4 仏滅 清明	5 大安	6 赤口	7 先勝
8 友引 【市場休み】	9 先負	10 仏滅 婦人の日	11 大安 【市場休み】	12 赤口	13 先勝	14 友引
15 先負 【市場休み】	16 仏滅 土用入り	17 大安	18 赤口	19 先勝	20 友引 穀雨	21 先負
22 仏滅 【市場休み】	23 大安	24 赤口	25 先勝 【市場休み】	26 友引	27 先負	28 仏滅
29 大安 昭和の日 【市場休み】	30 赤口 振替休日 【市場休み】	1 先勝 八十八夜	2 友引	3 先負 憲法記念日	4 仏滅 みどりの日	5 大安 立夏 子どもの日 端午の節句

◆このカレンダーをお客様の店舗や厨房に貼ってご活用下さい。
◆【市場休み】の日は、入荷がありません。

©2012 SUNFOOD All Rights Reserved.
発行日 2012年3月30日

おすすめ品



野菜と果物

サンフード



(0183) 72-1155