

今月の食材



たけのこ

たけのこは「古事記」に登場していることから、日本では古くから食べられていたようです。しかし、現在一般的に食べられている孟宗竹（もうそうちく）という種類が日本に入ってきたのは江戸時代のこと。現在、食用として食べられているのは、孟宗竹、淡竹（はちく）、真竹（まだけ）などの種類です。

たけのこの選び方は形はずんぐりしていて、ずっしりと重いものを選びます。皮にツヤと湿り気があり、頭が黄色く開いていないものが新鮮なたけのこ。頭の部分が緑色になったものは、陽にあたり育ちすぎて、えぐみが強く固くなっています。根元のイボイボは少なく、赤い斑点のないものを選びましょう。

たけのこの保存方法は、時間がたつとえぐみが強くなるので、すぐにアク抜きをしておきます。すぐに使わない場合はゆで汁と一緒に密閉容器に入れて冷蔵庫で保存します。

たけのご飯（4人前）

1. 米（2.5合）は炊く30分前に洗って、ザルにあげる。
2. ゆでたけのこ（1/2本）は食べやすい大きさの薄切りにする。油あげ（1/2枚）は熱湯に通して油抜きし、縦半分に切って細切りにする。鶏肉などを入れても美味しいですが、生のたけのこの場合は、シンプルにたけのこの味を楽しむ為、油揚げだけを加えます
3. 炊飯器に米、調味料（酒大3、みりん大1、薄口醤油大1、塩小1/2）を入れ、2.5合の線までの分量のだし汁を加え、最後にゆでたけのこ、油あげを加えて普通に炊く。炊きあがれば10~15分むらし、全体に混ぜて余分な水分を飛ばし器に盛りつけ、木の芽（適量）を散らす。



ニュース



おねじゃ狸が登場！

おねじゃ狸とは、員弁の笠田新田に伝わる民話で10年以上前に保存会が出来て員弁まつりで活動してみえました。その後、狸は倉庫で眠っていましたが、このほどうりぼうの駐車場の一角に姿を現しました。また一度ご覧になって下さい。



ミルキーQueenが郵便局の貯金の景品に！

うりぼうの美味しいお米ミルキーQueen（2合袋）が四日市以北の郵便局86局の定期貯金の景品に採用され4月より配布されます。定期貯金をするなら地元の郵便局で美味しいお米をもらおう！！



農水省幹部の視察！

3月15日農水省から官房長、地方課長、東海農政局長など御一行様が視察に見え店内をご案内しました。なぜ日曜日に視察？？と質問したら平日は国会対応があるので土日にとのことでした。

10周年感謝祭行う！

3月28、29日オープン10周年の感謝祭を行い会員より提供されたいろんな商品を抽選にてプレゼントしました。初日は晴天、2日目は雨の1日となりましたが、沢山の方に買い物していただき豚肉、米、イチゴ、茶を初め花、野菜、手芸品、加工品などを選んでいただきました。

明るくて元気な方うりぼうと一緒に働こう！



店舗スタッフ
パン工房・アイス工房



詳しくは事務所までお問合せ下さい

ポイント2倍デー

毎週月曜	お米の日
毎週木曜	パンの日
毎週金曜	ジェラートの日
毎月12日	豆腐の日
毎月29日	お肉の日



ふれあいの駅うりぼう

三重県いなべ市員弁町大泉 2517 番地
営業時間 午前8時30分~午後5時
定休日 毎週火曜日
TEL 0594-74-5826
e-mail uribou@m4.cty-net.ne.jp
URL <http://www.net-uribou.jp>