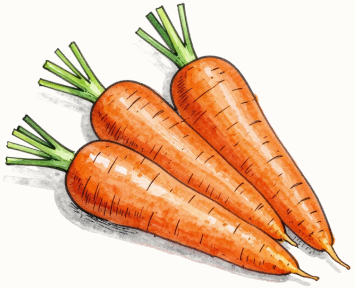
毎日の食卓に

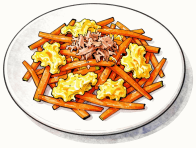
にんじん

あざやかな橙色の根菜
生でも加熱でもおいしい



- **かじるとほんのり甘い**
  加熱するとさらに甘みが出ます
- **しりしり、ラペ、みそ汁、煮物に**
- **泥つきは新聞紙で包んで**
  野菜室で立てて保存を

こんな料理に



にんじんしりしり



キャロットラペ



グラッセ