

旬だより 地場産 新鮮野菜出荷



# 今週のオススメ!!!

両農産物直売センターの土日祝日の営業が 9:00~17:00 までとなります!!!

**とれたて畑**

新座農産物直売センター (とれたて畑)

住所 新座市野火止6-1-48  
 電話番号 048-483-7200  
 営業時間 10:00~17:00  
 定休日 月曜日・年末年始

© 新座市



## 新座農産物直売センター

今年もとうもろこしが出荷されております!とても甘くて美味しいです☆  
 とうもろこしは、栄養価も高く「夏バテ予防」・「むくみの予防、解消」・「肌や髪潤いの維持」などにも効果があります。ゆでるのではなく、電子レンジや蒸し器を使うことにより、甘みや栄養価を落とさず食べる事ができます。ぜひお試しください!



和光農産物直売センター

住所 和光市丸山台1-7-9  
 電話番号 048-461-0850  
 営業時間 10:00~17:00  
 定休日 水曜日・年末年始

© 和光市

## 和光農産物直売センター

和光市産のきゅうりが出荷されています。サラダ・漬け物・酢の物・炒め物と色々な料理にして、食感を楽しみながら食べることが出来ます!また、冷やしてそのまま食べたり、お好みでマヨネーズなどをつけるのも良いですね!『きゅうり漬けの素』を使って漬け物や他の野菜と一緒に浅漬けにしたり、タコ・わかめと合わせて酢の物にして食べてみてはいかがでしょうか。美味しいですよ♪