

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！！

## 新座農産物直売センター



新座市産、ほうれん草が入荷しています。  
栄養価が高くビタミン・ミネラルを豊富に含んでいます。

サッと茹でる、サッと炒めるのがポイントです☆  
お好みの量でかつおぶしや醤油をかけておひたしに！

バターでほうれん草と一緒にベーコンやコーンを炒め、ぜひお召上がりください！！

美味しいです♪



©新座市



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

## 和光農産物直売センター

和光市産キャベツが入荷しています。  
キャベツはビタミンCやカリウムが豊富に含まれていると言われています。

シャキシャキと食感があるキャベツ、他の野菜と一緒にサラダにしたり、炒めたりして食べると美味しいです☆

食感を楽しみながら食べてみてください！！



©和光市



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