



直売オススメ！！

旬だより 地場産 新鮮野菜出荷

新座農産物
直売センター



©新座市

毎週火曜日はお米の
特売日です！！



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**



毎年大人気の「巨峰」の出荷が始まりました。
粒が大きく、甘みも強く、種もないので食べやすいです（＾＾）
皮ごと食べると、より高い栄養素をとることが出来るので
オススメです！また、凍らせるとシャリシャリと冷たい食感が
して、今の暑い時期にピッタリで良いですね！

是非ご賞味下さいませ♪♪

和光農産物
直売センター



©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**

今回はかぼちゃを紹介します。かぼちゃは「冬至に食べると風邪をひかない」と言われている程、緑黄色野菜の代表的な存在です。β-カロテンやビタミンCなどの栄養が豊富に含まれています。β-カロテンは、実より皮の部分の方が多く含まれているので、かぼちゃ料理では煮物が良いですね！また、サラダやバターを少量つけて、ホイル蒸しなどにして食べてみてはいかがでしょうか！

皆様ご存知ですか？毎週火曜日はお米の特売日です！！

和光農産物直売センターでは、地場産の安全・安心な野菜を多数採り揃えております。

是非、ご来店おまちしております。

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