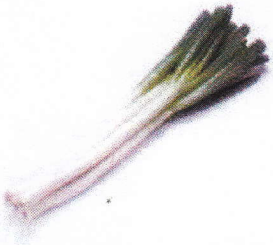


今月の食材



ネギ



ネギには、大きく分けて、根元の白い部分を食べる「根深ネギ」と、葉の部分を食べる「葉ネギ」があります。「根深ネギ」は主に関東で食べられてきたネギで、一般には「長ネギ」「白ネギ」と呼ばれるもの。土寄せをして日に当たらないようにして、白い部分が多くなるように育てられます。独特のにおいがあり、生食すると辛みがありますが、煮込むと甘くとろりとした口当たりになります。一方、関西で多く食べられてきたのが「葉ネギ」です。以前は「関東は白、関西は緑」と分かれていましたが、最近では地域を問わず使われるようになりました。どちらも通年出荷していますが、おいしくなるのは「根深ネギ」が冬、「葉ネギ」は春といわれています。

ソバ、冷たい素麺や冷麦の薬味で欠かせないネギ。お吸い物やおみそ汁に刻んだネギを散らすだけで一味変わり、また、白髪ネギもお吸い物に浮かべたり、和え物の天盛りに。中華スープ、鶏がらスープ、魚を使った潮（うしお）汁や魚の煮物などなど、まさに台所の常備菜です！

豚とネギのトロトロ煮 (2人前)

1. 鍋にだし汁(2カップ)醤油(大さじ1)酒(大さじ1)塩(小さじ1/2)の材料を入れて火にかける
2. 豚バラ(200g)とネギ(白い部分2~3本)は5cm長さに切る。豚バラを3枚重ねる。竹串に豚とネギを交互に刺していく。
3. 2を1に入れ、沸騰したら弱火にし、蓋をして時々灰汁を取りながら30分煮る。ネギが柔らかくなったら出来上がり。お好みで一味辛子を。

ニュース



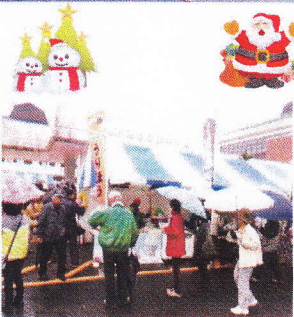
PS3世やってくる!

11月13日中京テレビの人気番組「PS3世」の収録で高田純二さんと出川哲郎さんが北勢線に乗ってやってきましたので桑名・東員・いなべのゆるきゃらがお出迎え。うりぼうではジェラートを食べ、そば打ち体験で楽しんでもらいました。11月30日の夜10時30分~より放送されました。



収穫祭&ジェラート祭りで秋を振舞う!

11月15日味覚の秋を皆で味わおうと収穫祭を開催。柿やみかん、リンゴ、さつまいも、里芋などのつめ放題のほか焼き芋、五平餅、自然薯などの販売を行いました。お昼にはむかごご飯と芋煮汁の振舞いを行い多くの方に昔懐かしい味を感じていただきました。またジェラートでは栗やさつまいも、いちじく等の秋の新作を多くの方に味わっていただきました。



いなべの里のそばまつり



みえリーディング産業展



三重テレビ45周年記念

ひまわり保育園芋ほり
11月2日うりぼう農園にてひまわり保育園の親子30組の皆さんが芋ほり体験をされました。芋掘りも最終となり芋も大きく成長し2キロ近くのジャンボな芋も掘り上げられチビっ子たちもびっくりしていました。

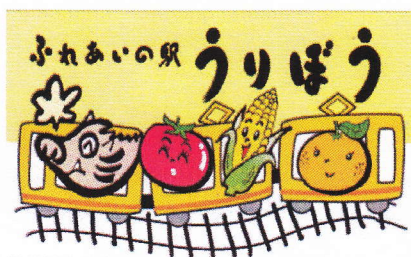


11月もいろんな所へ出店しました!

11月もいろんな所でイベントが行われうりぼうも出店しました。9日は、いなべ運動公園で行われた「いなべの里の蕎麦まつり」14、15日は四日市ドームで行われた「リーディングみえ産業展」24日は三重県総合文化センターで行われた「三重テレビ45周年記念イベント」いずれもジェラートの他にいなべ蕎麦、和菓子などうりぼうの商品を頑張って販売してきました。

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>