

芹のしゃぶしゃぶ



しゃぶしゃぶの用意をして、水洗いした芹の根を落とし、5cm~7cmくらいにサクサクッと切っておく。



しゃぶしゃぶして、ポン酢などで食べる。



しゃぶしゃぶした豚肉で巻いて食べるとなお美味しい!!

セリのシャキシャキした歯触りと風味をお楽しみ下さい!!

増田産 仙台せり JA名取岩沼

J A 名取岩沼増田支店 <http://www.ja-natori-iwanuma.or.jp/> または、J A 名取岩沼で検索して特産物をクリック!

芹入りサラダ

水洗いした芹の根を落とし、5cmくらいにサクサクッと切る!



キュウリ、レタスなど好みの野菜に混ぜ合わせて出来上がり。



あっさりしたドレッシングと芹の風味とシャキシャキした歯触りをお楽しみ下さい!

J A 名取岩沼増田支店 <http://www.ja-natori-iwanuma.or.jp/> または、J A 名取岩沼で検索して特産物をクリック!

芹根の天ぷら

普段は捨ててしまう芹の根を天ぷらにして食べます。

増田産 仙台せり JA名取岩沼

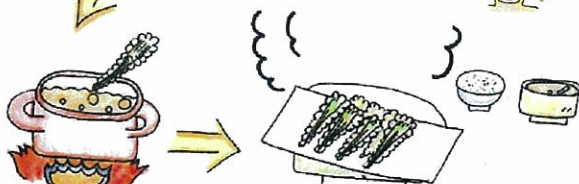


ブラシ(まめタワシ)等を使うときれいに洗えます。

買った芹の根っこをきれいに洗い、株を少し残してカットし、水気をしっかり取り小麦粉等を軽くまぶし、衣をつけてカラッと揚げる。



塩、天つゆなどで召し上がれ!!



J A 名取岩沼増田支店 <http://www.ja-natori-iwanuma.or.jp/> または、J A 名取岩沼で検索して特産物をクリック!

芹のスパゲティ

① 芹を少々塩を入れたお湯で湯通しして3cmくらいに切っておく。

セリは根本を縛ると扱いやすい。



芹は茹ですぎないのがポイント!

② タマネギ、ベーコンを千切りにして炒め、塩コショウで味付けする。



③ ゆで上がったスパゲティを②に入れオリーブオイルで和える。



④ 皿にスパゲティを盛りつけし、千切りした芹をのせて出来上がり。



J A 名取岩沼増田支店 <http://www.ja-natori-iwanuma.or.jp/> または、J A 名取岩沼で検索して特産物をクリック!