



I·V·Aレポート

認定No.

ニックネーム:

1930

くるみ

タイトル:

にんじんの葉食べれるの! ?

こんにちは。いわき野菜アンバサダーのくるみです。
いわき市中之作にある清航館で、
葉のついた人参、大根、土のついたネギを購入してきました。
スーパーでは人参の葉を見ることはほとんどありませんが、
とても新鮮なのでジェノベーゼの要領で
人参の葉とにんにく、くるみ、ピーナッツ、
粉チーズ、オリーブオイル、こしょうなどを
フードプロセッサーに入れ、ペーストにしてみました。
クセもなく、茹でたじゃがいもにあえただけでとってもおいしい!
新発見です。



大根は塩こんぶと一緒に圧力鍋で煮て、
「つけてみそかけてみそ」をかけていただくのがマイブーム!
週末のつくりおきにとっても大好評にて即完売しました。

