

## 本日のこれ旬！ 春の野菜

今日のお品は、高知県産3品と県外産5品の今が旬のお野菜です。  
スナップエンドウ（嶺北産） 新ショウガ（南国市） アスパラガス（安芸市）  
春キャベツ（愛知県） 春白菜（長崎県） 新玉ねぎ（長崎県） 馬鈴薯（鹿児島県） に  
んじん（徳島県）



アスパラガスのベーコン巻きや肉巻き、チーズ巻きが美味しいですね。



スナップエンドウは、茹でてマヨネーズをつけて食べると美味しいです。

新ショウガ 肉巻きやガリにどうでしょうか？



新玉ねぎ（甘味があり、辛みが少ない）とにんじん、新じゃがを使えばカレーライスが完成します。



春キャベツは甘味があり、ごま和えやコールスローサラダにどうでしょうか？



撮影前

今回も、青果仲卸店舗の青果の坂井さんと高知丸果中央青果の窪田さんにご協力をいただきました。

今回で、「これ旬！」担当の佐藤キャスターが卒業しますので、ベストショットをいただきました。



お疲れ様でした。今後は高知のサッカーチーム関係の報道を担当されるそうです。  
(おつかれさん!)