

秋の郷土料理

全国各地の秋の味覚をご堪能ください

銀杏と舞茸ご飯 ～愛知・新潟～

秋の味覚である銀杏は愛知県が、舞茸は新潟県が全国一の収穫量です。舞茸に含まれるβ-グルカンには免疫機能をサポートし、抵抗力を高める働きがあります。



青梗菜のポン酢和え～茨城～

茨城県は青梗菜の生産量が日本一です。青梗菜はカルシウム、鉄、ビタミンC、β-カロテンなどを豊富に含む栄養価の高い野菜です。



庄内風いも煮～山形～

内陸部の醤油味のいも煮が伝わった際、養豚が盛んだった庄内地方では里芋や豚肉、厚揚げを味噌で煮込むのが定番となりました。



栗のロールケーキ～長野～

^{おぶせ}小布施町では、室町時代から栗が栽培されています。小布施の栗は風味豊かで、粒が大きく甘いのが特徴です。



10月24日(土)

(株)アスモフードサービス

