

ベジステで買ってみた。

緊急事態宣言が発出される前、ベジステでいろんな野菜を購入し調理してみました。

下で紹介している野菜のほかに、ミニキャロットや水菜などもゲット。まだまだ、気になる農産物が並んでおり、何を買うか悩むのも楽しみのひとつ。



カブ

漬物や煮物と、和食に重宝されるが、ポトフなどのスープの具材としても美味しくいただける。広報担当は漬物にいただきました。



ロメインレタス

「葉は柔らかく、茎はシャキシャキ」。サラダとして食感を楽しむのはもちろんのこと、熱にも強くスープなどでも楽しめる野菜。



アスパラガス

茹でて炒めても美味しい。好んで食べる人も多いのでは？甘味が強くジューシーな紫アスパラも店頭に並んでいた。



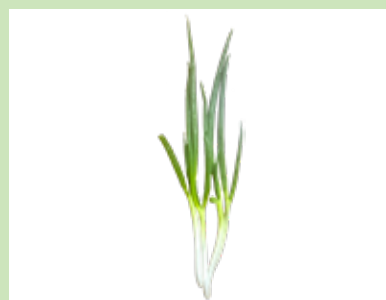
さんとうな
山東菜

アクが少なく、サラダなどの生食でも美味しい。栄養価も高いとされており、健康思考の方にすすめ。白菜の仲間。



長芋

たんぱく質やミネラル、ビタミンなど栄養が豊富！ぬめりには粘膜の働きをサポートする効果もあるとされる。



小ネギ

生食だとピリッと辛く、加熱すると甘味を感じることができる。広報担当はそばの薬味としていただきました。

作りについてもいつも考えています。スタッフは野菜が好きで、農家さんとも仲が良い。そんな空気感も伝わって行けば嬉しいです。

今後は、今のような充実したラインナップを農家さんの協力を得つつ、維持したいなと思っています。ベジステのファンを増やすため、道の駅までなかなか足を運ぶことができない方のためにも、皆さんが喜べるようなものをお届けしたい。そんな思いから、オリジナル商品を作ったのブランドイングやネット販売なども視野に入れています。そうすることでベジステに触れる機会や認知度が高まり「野菜はベジステで買う」という習慣になればなど。

ベジステに置いてあるものは、農家さんから預かった大事な商品なので、大切に扱うようにしています。大切に扱うだけでなく、美味しい野菜を手にとってもらえるように、お客様に提案できるように勉強し続けます。



地域おこし協力隊
遠藤 玲奈