

秋田のうまいもん

レシピに使用した食材をご紹介します。
秋田の大地から恩恵を受けた「とびきりの食材」です!!

秋田牛



4つの基準を満たしたものが「秋田牛」として流通しています。
①品質=黒毛和種 ②肉質=3等級以上
③産地=最長飼育地が秋田県
④エサ=飼料用米を一定量給与
肉質が柔らかくジューシーで、旨みが強く脂の口どけが良いのが特徴です。

三関セリ



湯沢市三関地区で江戸時代から栽培されています。
葉や茎が太く、根が白くて長いのが特徴です。
シャキシャキの食感が魅力で、きりたんぼ鍋や芋の子汁など、秋田の鍋物に欠かせません。
根と茎の境目の部分は、天ぷらがオススメです!



こんなおハガキいただきましたっ!



(大仙市・K様)

鍋以外で、比内地鶏のオススメの食べ方が知りたいです。

比内地鶏は適度な歯ごたえがあり、コク・香り・甘み・旨みが優れた鶏肉です。
親子丼、焼鳥(タレより塩)がオススメ!!しっかり噛みしめて、お肉の美味しさをじっくり味わってください。

わかばグループ共通商品券500円分を送らせていただきます。
おハガキありがとうございました!



皆様からのおハガキをお待ちしております!

「わかば倶楽部」へのご意見・ご感想をお寄せください!
知りたいレシピ・食材などどんなものでも構いません。
また、皆様のオススメレシピもご紹介ください。

〒010-0951秋田市山王2丁目 10-1
「わかば倶楽部」編集部

- ①郵便番号
- ②住所
- ③氏名
- ④よく利用するわかばのお店
- ⑤わかば倶楽部の感想やご意見

採用させていただいた方には
わかばグループ共通商品券
500円分
を進呈いたします。

わかば倶楽部

vol.19
わかばグループ
2015/12/20 発行

秋田牛の ごちそう味噌漬け



材料 2人分

- 秋田牛サーロイン…… 2枚
- 味噌 …………… 大さじ4
- 日本酒…………… 大さじ2
- みりん…………… 大さじ4
- ごま油…………… 小さじ2

レシピ

- ① 耐熱容器に日本酒とみりんを入れて電子レンジで1分。アルコールをとばしてから味噌を溶く。
- ② ①を半量ずつ肉に塗り、ラップでぴっちり包んで1~2日漬け込む。
- ③ 表面の味噌を拭き取る。フライパンを中火で火にかけて、ごま油を小さじ1入れて1枚ずつ両面を焼く。(片面2分位が目安。焦げないように注意)

付け合わせに…「セリのサラダ」
セリ1/2束、グリルで焼いた油揚げ1/2枚、赤パプリカ(あれば少量)を3cm位の細切りにする。オリーブオイル、酢各大さじ1、塩コショウ少々を混ぜ合わせて材料を和えたら出来上がり♪

ステーキソースより
美味しいと
我が家の息子たちにも
大好評です!!



監修: 最上 美貴子
(野菜ソムリエ/アスリートフードマイスター)

豊富な品揃えで、ご予算に応じてお選びいただけます。

精肉



秋田県産黒毛和牛

ステーキ用・すき焼き用など
ご希望に応じてのカットを承ります。
お気軽にお申し付けください。



和牛ハンバーグ

大人気商品の手作りハンバーグ。
フライパンで焼くだけで、
ジューシーな出来立てハンバーグを
お召し上がりいただけます。



ナガヌマ横手店

〒010-0063 横手市婦気大堤字谷地101-1
営業時間 9:00~19:00 年中無休

☎0182-36-8129



ポルミート代表
マイケル・タベルスキ



プレミアム
加工品



秋田で育まれた素材を活かしたオリジナルソーセージ『POLMEAT』
美味しく召し上がっていただき「食卓を笑顔に」することをモットーにご提供しております。

野菜



生産者さんから直接納品される新鮮な野菜が並びます。
お鍋に使う野菜も色々取り揃え、ご来店をお待ちしております。

ギフト

大切な方への贈り物に「わかばのギフト」ソーセージギフトは2,000円~お客様のご要望に応じてお作り致します。



お惣菜



揚げたてのご提供「フライヤーサービス」が好評です。
夕食に是非お召し上がりください。