

大葉の保存方法

- ①ぬれたキッチンペーパーで軸(茎)を巻き、乾かないよう袋やパックに入れて野菜室で保存しましょう。
- ②花びんに花をさすように容器に水を少し入れ、軸(茎)を下にしてラップで覆って野菜室で保存するとより長持ちします。



あいちの大葉は **安全 安心 おいしい**

●安全・安心のひみつ

天敵、粘着板、防虫ネット、マルチ栽培、防蛾灯をうまく組み合わせて、農薬をできる限り使わないように栽培しています。



●おいしさのひみつ

愛知県とJAあいち経済連が共同開発した品種「愛経1号」は香りが強く柔らかいのが特徴です。



簡単レシピ

あいちの 大葉

OHBA EASY
COOKING RECIPE

vol.6



JA あいち 経済連
www.ja-aichi.or.jp



大葉とエノキのコンソメスープ

材料 (4人分)

大葉 20枚
 エノキ 1束
 コンソメ 2個
 水 600cc
 塩、こしょう 少々

作り方

- ①鍋に水とコンソメを入れ沸騰させる。
- ②3cm程に切ったエノキを入れる。
- ③エノキに火が通ったら大きめの千切りにした大葉を入れ塩こしょうで味を調え完成!!

大葉が香る
 やさしい味わいの
 コンソメスープ



大葉トースト

材料

食パン 1枚
 大葉 10枚
 ハム 1枚
 マヨネーズ 5cm
 *お好みで
 トマト/ツナ/ちくわ/
 シラスなどもおいしく
 召し上がれます。

作り方

- ①大葉を包丁で切るか、手でちぎります。
- ②マヨネーズを塗り、上から大葉、ハムをのせます。
- ③チーズをのせてオーブントースターで焼いて完成。



大葉は風味を主張しながら、
 他の食材とマッチして
 全体を美味しくしてくれます

あいちの大葉 簡単レシピ

大根と大葉の味噌汁

味噌汁を器に盛ってから
 大葉を散らしてもOK!

材料 (3人分)

大根 10センチ
 大葉 5枚
 味噌 オタマーフ
 顆粒鰹ダシ 小さじ2
 水 1.2リットル

作り方

- ①鍋に水と顆粒鰹ダシを入れて火にかけます。
- ②大根は拍子木切りにします。
- ③大根を鍋に入れて5分ぐらい煮ます。
- ④大根に火が通ったら味噌を溶かします。2~3分中火で煮て下さい。
- ⑤最後に千切りにした大葉を散らします。
- ⑥器に盛り付けて完成です。

