



©和光市

新座・和光農産物直売センターオススメ

旬だより 地場産 新鮮野菜出荷!!!

和光・ほうれん草

12/19(土)から和光市役所展示棟地下1階で営業しております。

和光市産の新鮮なほうれん草が入荷しております。
ほうれん草にはビタミンAが豊富で美容や視力維持の効能もあります。

旬なこの時期に買って冷凍保存すると長持ちするのでおすすめです。

ほうれん草ソテーやキッシュ、みそ汁等にさせていただくのも美味しいですよ!



住所	和光市広沢1-5
	和光市民文化センター展示棟地下1階
電話番号	048-461-0850
営業時間	10:00~16:00
定休日	水曜日・年末年始



©新座市

新型コロナウイルス感染防止のため、時短営業中!

平日 10:00~16:00 土日祝 10:00~16:00 となります!

新座・菊芋

菊芋が入荷しています!!

生で食べるとサクサクとしたレンコンのような歯ごたえとゴボウのような風味、そしてほんのりした甘みがあります。

熱を加えると甘みが増し、ホクホクした食感に♪♪
天然のインシュリンを豊富に含んでいるため、糖質の吸収を抑え、メタボケアが期待できるとされています!

サラダ・漬物・炒め物・揚げ物など様々な料理にご利用いただけます☆いかがでしょうか?



住所	新座市野火止6-1-48
電話番号	048-483-7200
営業時間	10:00~16:00
定休日	月曜日・年末年始

