

# 霜降りそら豆



寒波の影響でそらまめに霜が降りました。  
表面が白いまだら模様になっていますが  
皮を剥けば中の豆には影響はありません。



美味しいそら豆ですので安心してご賞味ください。



## 焼きそらまめ

オーブンまたは魚焼きグリルで12分～  
15分で出来上がり！お好みで塩をつけて  
召し上がれ☆自分へのご褒美にどうぞ♥



天に向かって実ることから名付けられた“そらまめ”。

採れたて新鮮なそらまめは甘くてホクホクして  
一度食べたるとまらなくなる魅惑の味をどうぞ堪能下さい。



## 素揚げそらまめ

皮をむいて、破裂ないように切れ目を  
少し入れる。オリーブオイル大きじ3ぐ  
らい入れて中火で2～3分揚げる。キッ  
チンペーパーで油をきって出来上がり  
☆お好みで粗塩または辛子みそを！