

自然のめぐみを食卓へ

今日はお休み。早く起きようと思ってたのに、気が付いたらもう昼を回ってるよ。...もちろん、旦那も隣でまたぐーぐーと夢の中。がーん。天気も悪いし、今日は一日家で過ごすことにしよう。

ずいぶんと前にネットで申し込んでいた、有機野菜宅配「らでいっしゅぼーや」からやっとな試食セットとパンフが届いたよ。試食セットの内容は、・どろだらけのにんじん3本・ほうれんそう3わ・大きなりんご2コでした。新鮮なうちに...と慌ててほうれんそうを下ゆで。にんじんは、あまり消費率に自信が無いんだよね。で、何かいいレシピはないものか、とネットで調べてみたら...「蒸しにんじん」というものを発見！単に、ご飯を炊くときにアルミホイルでくるんだにんじんを入れて炊く、というもののんだけど何でも料亭のおかみから直伝の、「にんじんの自然な甘味が引き出されておいしい」そう。早速夕飯に試してみる。無農薬のにんじんは、まずにおいが違う！と聞いていたけど本当にそうだよ！何だか、においがとってもこゆい。泥をきれいに洗ってみたら、ものすごい濃いきれいな橙色で、ちょっとうっとり。これはさぞかしウマイだろう、と期待を込めてご飯を炊く。完成後、ちょこっと試食。ぱくり♪・・・微妙だ・・・。もともと私はあまりにんじんが得意ではないから、やっぱりにんじんオンリー&味付けナシはちょっときついかも・・・でも、にんじん自体は、他の普通の料理をすれば普段のものよりもおいしいんじゃないかなーと思った。無農薬だから皮ごと調理できるし。栄養いっぱい取れるからね♪ほうれん草はおひたしにして食べました。おいしかったなり。

明日の朝食にりんご食べるんだ～ほんとおっきくって、いい匂いがしたからこれもおいしそう♪

で、「らでいっしゅぼーや」は年会費と入会金がかかることがわかったので入会はしません・・・その上に宅配費もかかるというから、ちょっと我が家には不向き。そういった会費がかからないやつも最近発見したので、そっちにしようと思案中。ヘルシー食卓改造計画、ひそかに進行中・・・。