



気温が 30 度を超える日が出てきました。5 月は雨が少なく、雨乞いをする農家も出てきました。今年はまだ梅雨にも入らず、渇水の予報が出ています。

そんな気候を受けて好調なのはズッキーニです。乾燥地のメキシコ原産とあって乾燥には強く勢いを増しています。例年梅雨に入れば勢いが衰えるのですが、

今年の少雨に助けられて生き延びています。トマトが採れ始めれば一緒に煮込んでラタトゥーユもおすすめですね。厚切りにして焼いてチーズを載せるというのも定番料理です。【写真下は直営レストラン・森のかぞくの新メニュー⇒右手前がチーズを乗せたオーブン焼きです】



この時期の大根はサラダにおすすめですが、煮込んだ大根を冷蔵庫で冷やして食べるのも夏におすすめです。スタミナが必要なこの季節、ニンニクをたっぷり使って乗り切りましょう！

平成 29 年 6 月 2 日