

ケール×茎ブロッコリー！？

当農園のオリジナル品種

ケールブロッコリー

茎がやわらかい！「野菜の王様」と言われるケールの栄養価と、茎ブロッコリーの食味を併せ持つ。

葉と茎を一緒に、茹で時間は短めでOK。蒸して温野菜や、茹でてお浸しに。マヨネーズで美味しく食べられます。お味噌汁、洋風のコンソメスープなどでも美味♪炒め物でも。野菜ジュースにしても◎青臭いのが気になる場合、さっと茹でてからがお勧め。ケールは、ビタミン、カロテン、各種豊富なアミノ酸を含む、高機能性野菜です。

ケール×茎ブロッコリー！？

当農園のオリジナル品種

ケールブロッコリー

茎がやわらかい！「野菜の王様」と言われるケールの栄養価と、茎ブロッコリーの食味を併せ持つ。

葉と茎を一緒に、茹で時間は短めでOK。蒸して温野菜や、茹でてお浸しに。マヨネーズで美味しく食べられます。お味噌汁、洋風のコンソメスープなどでも美味♪炒め物でも。野菜ジュースにしても◎青臭いのが気になる場合、さっと茹でてからがお勧め。ケールは、ビタミン、カロテン、各種豊富なアミノ酸を含む、高機能性野菜です。