新玉ねぎは温暖な地域で３～５月にかけて、収穫後乾燥させずにすぐに出荷される早取り玉ねぎの総称です。そのため、いつもの玉ねぎより外皮が白く、甘みとみずみずしさが魅力です。
ぜひ生のままサラダで召し上がってみてください。春の訪れを感じながら、この時期ならではのおいしさを堪能しましょう!

新玉ねぎの甘さで春の味覚を満喫！

新玉ねぎは、その甘さやみずみずしさを活かしたシンプルな料理で、
今だけのおいしさを楽しみましょう！

新玉ねぎのトロトロ蒸し

水分量が豊富なため、短時間で軟らかくなり、トロトロの食感が楽しめます。かつお節を加えると旨味倍増！丸ごと盛り付ければSNS映え間違いなしです！

新玉ねぎの焼きびたし

新玉ねぎは焼くだけでとても美味しく甘みと香ばしさが一層際立ちます！さっぱりとした味わいが春にぴったりです。

新玉ねぎどっさり牛丼

とろとろの新玉ねぎに牛肉のうまみが染み込んで絶品です。食べ応えもあり、少ないお砂糖でもまろやかな甘さが広がります！

Copyright c - カネマサ流通グループ All Rights Reserved.

PICK UP!

使った素材

・新たまねぎ・レモン

新玉ねぎと生ハムマリネ

新玉ねぎの甘さと、生ハムの塩気が絶妙にマッチ！しっかり冷やすとさらに美味しく召し上がれます。さっぱりとして食べやすいため、暑い日にもぴったりです。シンプルながらおしゃれなマリネを、前菜やサラダとして楽しみましょう！

調理時間 20分

材料（2人分）

新玉ねぎ（薄切り）	1個
生ハム	4枚
レモン（いちょう切り）	4枚
オリーブオイル	大さじ1
レモン汁	小さじ1
塩こしょう	少々
チャービル、ピンクペッパー	適量

作り方

1. 新玉ねぎを薄切りにし、10分ほど水にさらします。レモンは薄くスライスし、いちょう切り、生ハムは食べやすい大きさに切ります。
2. オリーブオイル、レモン汁、塩、こしょうをボウルにいれ、①を加えて和え、冷蔵庫で冷やします。
3. ②を皿に盛り付け、お好みでチャービルやピンクペッパーで彩りを添えたら完成です。

Copyright c - カネマサ流通グループ All Rights Reserved.

今月の果実

旬や話題のフルーツを一押しのデザートやドリンクレシピでご紹介！
見た目にも華やかで、季節感が楽しめるフルーツメニューを取り入れましょう！

PICK UP!

使った素材
・グリーンキウイ
・ゴールドキウィ

自分で包むフルーツ大福

あんこと求肥シートを使えば、旬のフルーツを包んでオリジナルのフルーツ大福を作ることが出来ます。キウイフルーツの爽やかな酸味が意外にもあんこの甘さと絶妙にマッチ。ぜひ試してみてください。

調理時間 10分

材料（2人分）

求肥シート	2枚
ゴールドキウイ	2切れ
グリーンキウイ	2切れ
つぶあん	50g

作り方

1. キウイを洗い、皮をむき、食べやすいサイズにカットします。
2. 求肥シート1枚を4等分し、8枚お皿に並べて盛り付けたキウイとあんこと一緒に提供します。
3. 求肥シートでお好きな量のフルーツとあんこを包んでお召し上がりください。

Copyright c - カネマサ流通グループ All Rights Reserved.