

9月に入り、まだまだ残暑を感じながらも、秋の気配が少しずつ感じられます。この時期に、秋のフルーツの代表格・国産ぶどうの品種が出そろいます。国産ぶどうは外国産のものに比べて皮が厚めですが、その分、果肉はよりやわらかくてジューシー、甘みもたっぷりです。ぜひ9月に、国産ぶどうを味わい尽くしましょう！



国産ぶどうのデザートフェア

近年、ぶどうの品種や産地にこだわったフェアが増えています。お好みのぶどうを使って秋らしいフェアを行ってはいかがでしょうか？



ぶどうパフェ

ぶどうを丸ごとたっぷり使った甘さ・酸味・香りが楽しめる秋限定のパフェは、間違いなく大好評の一品です！皮ごと食べられる品種を使えば調理も比較的簡単です。



秋のフルーツサンド

国産ぶどうの濃厚な甘さとジューシーな食感がクリームと好相性！種なしの品種を丸ごと挟めば、断面もきれいに仕上がります。



ぶどうグラタン

加熱することでぶどうは甘みが凝縮し、とろけるような食感になります。皮付きのまま使え、見た目も華やか。アツアツでも、冷やしても、おいしくお召し上がりいただけます。

PICK
UP!



使った素材

・国産ぶどう



丸ごとぶどう大福

国産ぶどうをまるごと包んだ、映える和風スイーツ。
求肥シートを使えば簡単に作ることができます。お好
みの品種を使い、アレンジしましょう！

材料 (1人分)

お好みの国産ぶどう 2粒

求肥シート 1/2枚

グラニュー糖 適量

作り方

- 1 お好みの国産ぶどうを洗い、軽くふきます。
- 2 求肥シート1枚を4等分しぶどうを包みます。
- 3 お好みにグラニュー糖をふりかけて完成です。

八百屋の逸品

安くて早くて、それでいて野菜たっぷりでうまい！
そんなトレンドの外食メニューを八百屋ならではの目線でご紹介。
誰でも簡単に作れるメニュー案です。

PICK
UP!



使った素材

・キャベツミックス
・レタス・ケール



サラダラップ

シャキシャキのレタスで野菜とチキンを包み、ワンハンドで手軽に食べられるのがポイントです！カット野菜やサラダチキンを使うことで簡単に作れ、野菜をたっぷり摂れるおすすめのメニューです。

材料 (1人分)

レタス	2枚	★オーロラソース	
キャベツミックス	40g	ケチャップ	大さじ1
ケール (お好みの野菜)	10g	マヨネーズ	大さじ1
サラダチキン	40g		

作り方

- 1 レタスをはがして洗います。ケールは洗って刻みます。
- 2 チキンを食べやすい大きさに切ります。
- 3 レタスを広げ、キャベツミックス、ケール、チキンをのせます。
- 4 オーロラソースをかけ、ラップやワックスペーパーできつめに巻いて完成です。少しなじませてから、半分に切ってお召し上がりください。