

営業日時 火・木・土・日
10:00~正午頃まで
営業場所 ウィンラかやの広場



12月 もち米販売します。

朝市でも、お正月に向けて、もち米を販売します。

葉ぼたん入荷

箕面の新稲は葉ぼたんの産地です。鉢植えや切り花など、正月飾りに是非!くねくねと茎を長く伸ばして枝分かれさせ、その先端に花が咲いたように葉をつける「踊り葉ぼたん」がオススメです。



さといも

さといもは貯蔵性が良く、1年中出回っていますが、秋から冬にかけてが旬です。インド東部からマレーシアにかけて、東南アジアが原産地だと言われており、紀元前2500年頃には海を越えて各地に広がり、日本へも縄文時代には伝わっていたと考えられています。

昔、さといもは「いも薬」と呼ばれ、湿布薬として利用されて来ました。皮をむいてからすりおろし、同量程度的小麦粉と混ぜ合わせ、これにおろししょうがを加えてよく練り、布に取って患部に当てると、打撲やねんざ、関節通、神経痛などの消炎に効果があるとされていました。

おすすめレシピ

里芋の混ぜご飯



- ①里芋は皮をむき、さっと塩ゆでして食べやすい大きさにカットしておく。
- ②昆布をハサミで細かくきざみ、市販の白だしを適量加え、炊飯器で昆布飯を炊く。
- ③昆布飯が炊きあがったら、下ゆでした里芋を混ぜすぎないようにさくさく混ぜればできあがり。

里芋本来の味を楽しめるご飯です!

12月のイベント情報

12月22日(土) かやの広場にて
『おもちつき』
(おもちプレゼント)

土垂(どだれ)

さといもの代表品種。子芋と孫芋を利用します。肉質は柔らかく、ねっとりした食感で、煮崩れしにくい品種です。



石川早稲



土垂よりも小さく、コロッと丸い形をしていて、柔らかく粘りがあります。煮物や皮付きのまま蒸して食べる「きぬかつぎ」にも利用されます。

京いも



親芋だけを食べる品種。見た目が竹の子に似ていることから「竹の子いも」とも呼ばれ、ぬめりが少なく皮もむきやすく、ホクホクした食感で煮物向き。

海老芋(えびいも)

えびのように曲がった里芋。粘りのある粉質で、ねっとり感とホクホク感が味わえます。



おしらせ

年末年始の営業日は次の通りです。
年末……12月30日(日)まで
年始……1月10日(木)より