

## 河辺の新野菜

# プチヴェール

プチヴェールは、青汁でおなじみのケールと芽キャベツの交配品種で、新野菜と呼ばれる注目の野菜。ビタミンC、カロテン、鉄分、カルシウムの含有量が特に高く、栄養価のバランスに優れています。収穫は3月いっぱい。JA新あきた直売所「彩菜館」(泉馬場)、市内の一部スーパーで販売。炒めものやごまあえ、おひたし、天ぷらなどで、おいしいよ！

問い合わせ JA新あきた河辺営農センター (882)3023



自慢のプチヴェールを手に田近善寿さん（河辺諸井）



直径が約5センチ、バラの花のような形をしています。

シンプルに「油で炒めて、しょうゆで」がおすすめ!