

ササッと輝く夏の太陽の恵みと大地のミネラルをたっぷり加えた夏野菜の王様ゴーヤを栄養価が高く美味しい旬の時期に収穫し、新鮮なままキュッと閉じ込めました。

スライスしてありますので、必要な分だけそのままお使いいただけます。

ゴーヤジュース・ゴーヤつくだ煮・ゴーヤチャンプルー・サラダなどにもお使いいただけます。



有機肥料・ランドブレスとは

- ① 土をふかふかに・・・通気性・透水性・保水性が良くなり、根張りも良くなります。
- ② 栄養たっぷり・・・肥料要素の増加、保肥力を高める。
- ③ 臭わない・・・じっくり発酵させるので臭いません。
- ④ 環境にやさしい・・・生産工程で化学的な薬品は一切使用していません。
- ⑤ 安全・・・発酵中の熱により土壌細菌類は死滅します。

このランドブレスで土の健康を保ち、より美味しい野菜・果物を栽培しております。

有機肥料・ランドブレスのゴーヤ 価格
200g入 × 1袋 ¥200.-
冷凍済をクール便で全国発送致します。
(送料別)

有機肥料・ランドブレスの
旬鮮冷凍ゴーヤ

冬でも
食べたい

安全・安心
ビタミンC豊富!

L. B L. エン지니어リング 株式会社

〒923-1244 石川県能美市来丸町82番地
TEL 0761-51-7875 FAX 0761-51-7801

加賀産業道路を小松方面からご利用の方は当社前を一度通過し、白山カントリー入口交差点でUターンしてからお越しください。

<http://lb-engineering.cocolog-nifty.com/blog/>



元気UPドリンク！！ゴーヤジュース



材料(2人分)

- ・ 冷凍ゴーヤ 1/2袋(100グラム)
- ・ アップルジュース(200ml)
- ・ ヨーグルト(適量)



作り方



ミキサーに冷凍ゴーヤ、ジュース、ヨーグルトを入れる

上記材料をミキサーで攪拌すれば出来上り



POINT
冷凍したゴーヤを使用する事により、デザート感覚でいっそう食欲を増進させてくれます。



ゴーヤチャンプル



材料(2人分)

- ・ 冷凍ゴーヤ 1/2袋(100グラム)
- ・ 木綿豆腐1/2丁
- ・ 卵1個



作り方



水切りした豆腐を手で崩して、ごま油で焦げ目がつくまで炒める。



冷凍ゴーヤ、あれば豚肉やソーセージ等を入れ炒め、塩・酒・うまみ調味料で味付けする。



溶いた卵を入れ炒めて出来上がり



ゴーヤつくだ煮



材料(多人数分)

- ・ 冷凍ゴーヤ 5袋(1kg)
- ・ らっきょう酢、しょうゆ 各カップ1
- ・ ざらめ糖、上白糖 各100g
- ・ しらす干し 1パック
- ・ 花がつお、白ゴマ 適量



作り方



鍋に湯を沸騰させ、火を止めてから冷凍ゴーヤを入れ、約15分したのち水気をしっかり絞ります。



鍋にらっきょう酢、しょうゆ、ざらめ、上白糖を入れ、ひと煮立ちさせて砂糖が完全に溶けたらゴーヤとしらす干しを加え中火で汁気が無くなるまで煮ます。目安は30～40分

火を止める少し前に花がつおとゴマを入れて混ぜて出来上がり