

平成25年12月中下旬の「おすすめ野菜」

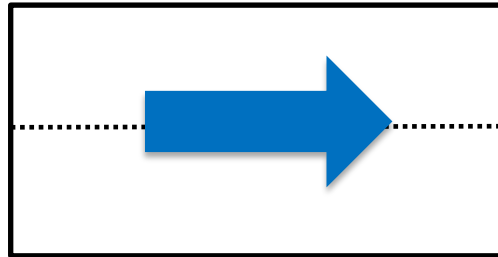
野菜の供給と価格は、季節や天候等によって大きく変化します。現在、野菜は総じて高値傾向にあります。その中で比較的価格が落ち着いて推移し、食べごろである野菜のうちから数品目を、「おすすめ野菜」として紹介します。

12月中下旬の「おすすめ野菜」は、次のとおりです。

今後の卸売価格動向

(点線は、平均価格)

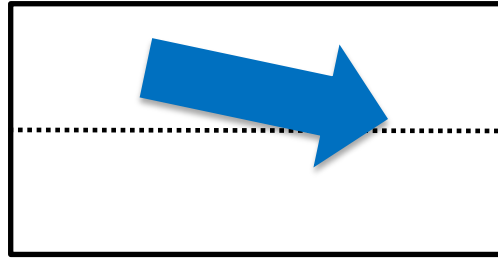
きゅうり



オススメ!

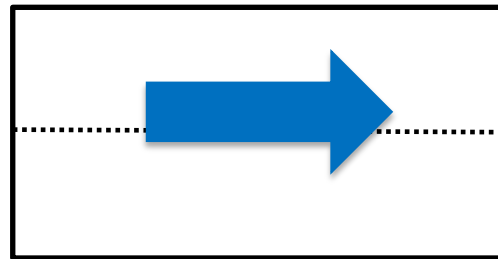
平年並みに推移

なす



平年並みに近づく

ねぎ



旬です!

平年を上回って推移

なお、主要な野菜の需要・価格動向についての詳細は農畜産業振興機構ホームページ「[野菜の需給・価格動向レポート](http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html)」に掲載しています。
http://vegetan.alic.go.jp/vegetable_report.html

やってみよう! きゅうりの飾り切り ~クリスマスと正月編~

クリスマスやお正月など、イベントが盛りだくさんのこの季節。野菜の切り方を少し工夫するだけで、食卓が楽しく見た目も華やかになります。特にきゅうりは、きれいな色合いから様々な飾り切りがあるようです。今回はその中でも簡単なものをご紹介します。ぜひお試しください!



スライスきゅうりの クリスマスツリー



1. きゅうりをピーラーで縦にスライスする。

2. プロセスチーズや魚肉ソーセージを1.5cmくらいの立方体になるように切る。

3. ピックにスライスしたきゅうりをくねくねと段々幅が広がるように刺していき、2のチーズやソーセージに刺す。



花きゅうり

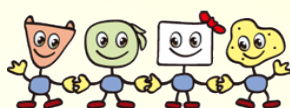
緑の濃淡がキレイなおつまみ台も、切り込みを入れるだけでカンタン。包丁を深く入れすぎないのがポイント。

1. きゅうりは約4cmの輪切りにし、側面に等間隔に切り込みを入れる。

2. 長さを半分に切り、スプーンで半分ほどくり抜き、イクラなどの具を盛る。



作り方参考：クックパッド
<http://cookpad.com/recipe/2053769>
サントリーカフェクラブ
<http://www.suntory.co.jp/enjoy/life/tips/detail/206/>



●ご意見・ご要望をこちらまでお寄せください。
◎発行元 独立行政法人農畜産業振興機構 野菜需給部需給業務課
TEL 03-3583-9483 <https://www.alic.go.jp/form/vegetan.html>