さのまる葱をまるごと味わう!ごちそうレシピ!

Recipe さのまる葱の豚バラ巻フライ



［材料］4人分

さのまる葱	・・・3本
豚バラ肉	・・・約200g
塩	・・・少々
コショウ	・・・少々
パン粉	・・・適量
バター（サラダ油）	・・・適量
小麦粉	・・・少々

つくりかた

1. さのまる葱の葉の部分を切り取る。
2. 白い葱の部分に、豚バラ肉を巻き付ける。
3. 塩、コショウをふり、小麦粉を少々ふりかけておく。
4. 水溶きした小麦粉をつけて、パン粉をつける。
5. フライパンに油を敷き、焼く。（油で揚げる）

【ワンポイント】青い葱の部分をみじん切りにし、たまねぎドレッシングであえるのもおすすめです。

Recipe 青葱いため



［材料］

さのまる葱	・・・余った葱の青い部分（約300g）
しょうゆ	・・・大さじ1と1/2
みりん	・・・大さじ1
オイスターソース	・・・大さじ1/2
ごま油	・・・大さじ1
ラー油	・・・お好みで

つくりかた

1. 青葱を斜め細切りにする。
2. フライパンにごま油を入れ、「1」を炒める。
3. しょうゆ、みりん、オイスターソースを適量加えて味付けをする。

【ワンポイント】お好みでラー油を加えると、アクセントのある風味になります。

食べて応援！
佐野を元気に！

JA佐野 佐野ネギ出荷部会

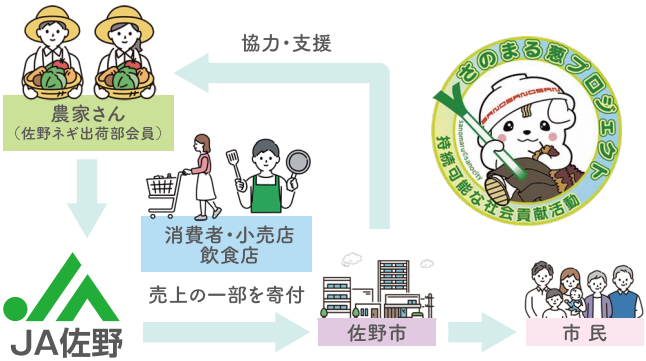
●さのまる葱とは

「さのまる葱」とは、長ネギ（根深ネギ）で佐野ネギ出荷部会員が栽培した高品質なネギです。
佐野市の氷室山からの豊かな恵みを秋山川や旗川が運び、肥やされた土壌で育った「さのまる葱」は、年間を通して収穫されています。

●さのまる葱プロジェクト

「さのまる葱」の売り上げの一部は佐野市に寄付され、住みやすいまち、活気のあるまちづくりに活用されています。「さのまる葱」の購入は、地域の活性化につながる社会貢献に寄与しています。

寄付の流れ



JA佐野 佐野ネギ出荷部会
【HP】https://sanomaru-negi.jp

【発行】
佐野市園芸振興協議会
（事務局：佐野市役所農政課）