

Let's eat Tokyo Food /

東京を 食べよう!

9.6 **金** 17:30 ▶ 21:00
試食は19:00まで

会場

日比谷公園 にれの木広場
&
調布駅前広場

アレも

コレも

東京はおいしさの宝庫



試食会の参加方法

限定
200食!



アンケートを
記入する



整理券を受け取る
(17:30より配布)



キッチンカーへGO!
(17:30より配布)



ブランド豚 TOKYO X
を使った冷しゃぶ
東京スペシャル

東京を食べよう!

Let's eat TOKYO Food

ブランド豚 TOKYO Xを使った冷しゃぶ 東京スペシャル



【材料】

冷しゃぶ…豚肉/小松菜/ミニトマト

特製ゴマダレ

マヨネーズ(大さじ 2.5)
すりごま(大さじ 2)
酢(小さじ 1.5)/醤油(小さじ 1.5)
砂糖(小さじ 1)/粉末だしひとつまみ

全て混ぜるだけで完成!

【作り方】

- ① 小松菜:一口サイズに切ります ★茎と葉を分けると盛り付けがうまくいきます
- ② ミニトマト:ヘタを取り半分に切ります
- ③ 沸騰したお湯の中に小松菜を入れます(約1分) ★塩を適量入れると小松菜の色味が抜けません
- ④ 豚肉を沸騰したお湯の中に入れます(約1分) ★ゆですぎに注意
- ⑤ ボウルに氷水をはります
- ⑥ ④で茹でたお肉を⑤のボウルに入れます
- ⑦ すぐにかき混ぜ旨味を閉じ込めましょう ★氷が4分の1程溶けたらOK
- ⑧ お皿に盛り付け 完成!



TOKYO X

東京都が開発した銘柄豚。良質な脂肪分を十分備え、味の良さが特長。都内の百貨店や小売店を中心に限定販売しています。



小松菜

江戸時代、江戸川近くの小松川周辺で栽培されていたことから、徳川将軍がこの名を付けたと言われる東京生まれの野菜です。



ミニトマト

直径3cmほど、重さ30gくらいまでの小さなトマトの総称です。通常のトマトよりも甘味が強く一口で手軽に食べられるのが特徴です。

ほかにもたくさんあります!おいしい東京産食材いろいろ



トマト

東京都の野菜産出額第1位。JAの共同直売所や農家の庭先で販売。販売開始とともに売り切れることもある人気野菜です。



キャベツ

都内では、練馬区や西東京市を中心に、主に初夏と秋冬の年二回収穫する作型で栽培。ビタミンCが豊富です。



ウド

東京産のウドは太くて白く、シャキシャキした独特の歯触りが特徴です。穴や室の中で日光を当てずに栽培しています。



明日葉

「あしたば(明日葉)」は、今日摘んでも明日には新しい葉が出ると言われるほど生命力が旺盛。大島、三宅島など伊豆諸島の特産物です。



梨

弥生時代にはすでに食べられていたとされ、日本全国で栽培されています。東京で栽培されている主な品種は「稲城」「幸水」「豊水」「新高」などです。



東京しゃも

軍鶏とロードアイランドレッドを交配し生まれた雌(F1)にさらに軍鶏の雄を交配した高品質鶏。ブロイラーに比べて低脂肪・高タンパクです。



ハマトビウオ

春先に伊豆諸島に來遊してきます。八丈島では春を告げる魚として「春トビ」と呼ばれ親しまれています。



キンメダイ

キンメダイは赤い体と大きな口、金色に輝く大きな目が特徴。東京都の漁業では一本釣りによって漁獲され、近年漁獲量が増加傾向にあります。

※産地についてはTOKYO GROWN ウェブサイトでご確認ください。



東京の農林水産総合サイト

TOKYO GROWN



東京都

発行元:東京都 産業労働局 農林水産部 食料安全課
TEL:03-5320-4837



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



古紙パルプ配合率80%再生紙を使用