

# 2019 今旬カレンダー 山菜編

## 冬春のお勧め商品

これから続々と山菜が入荷！  
今時期から春までぜひメニューにどうぞ！！

**株式会社 藤代商店** E-mail: info@fujishiroshouten.com  
HP: http://www.fujishiroshouten.com/







**横浜本社**  
横浜市神奈川区栄町15-20  
TEL 045-453-0411  
FAX 045-453-0727







**東京営業所**  
東京都江東区豊洲6-3-1 東京都  
中央卸売市場豊洲市場第5街区青果棟2F  
TEL 03-6633-0313  
FAX 03-6633-0315







藤代商店ホームページはこちらから！







限定メニュー等に取り入れて頂けたら幸いです。今後とも宜しくお願い致します！

藤代商店フェイスブックはこちらから！

品名	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
 <b>ウド</b> 手間暇かけた軟白栽培☆上品な風味を！ 栃木・茨城・群馬・東京 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>山ウド</b> 独活の持ち味は独特の風味とシャキシャキ感！天ぷら、炒めものや和え物と用途多様です！ 栃木・群馬・山形 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>ふきのとう</b> 独特な芳香と苦みを生かして天ぷら、おひたしや和え物などに！ 岩手・秋田・山形・群馬 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>たらのめ</b> ほのかな苦みやもっちりとした食感。山菜の王様とも言われます。 秋田・山形 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>こごみ</b> 人が前かがみに縮こまっている様子に似ていることから「こごみ」と呼ばれます。 秋田・山形 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>うるい 雪うるい</b> シャキシャキとした食感とヌメリがいい！さらに「雪うるい」は軟白栽培の為えぐみが少ないです。 山形 他	■	■	■	■	■	■	■

品名	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
 <b>つくし</b> 春の山菜で最もポピュラーなつくし♪一瞬のタイミングを逃さないでご利用ください。 各産地	■	■	■	■	■	■	■
 <b>よもぎ</b> 独特の香りが強く、春の訪れを感じさせます。 各産地	■	■	■	■	■	■	■
 <b>うごぎ</b> 葉が軟らかなタイミングで食べる山菜。独特の香りとほろ苦さをどうぞ。 山形 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>あまどころ</b> アスパラのような甘味と食感。 山形 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>かんぞう</b> アクがなくシャキシャキ感と甘味とヌメリが特長☆人気急上昇中の山菜です♪ 新潟・長野・徳島	■	■	■	■	■	■	■
 <b>しどけ</b> 「たらのめ」とならんで山菜の王様と呼ばれます。香りと歯触りが魅力的な一品★ 山形 他	■	■	■	■	■	■	■

品名	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
 <b>行者にんにく</b> 北海道の山菜として知られており、にんにく独特の香りが楽しめます。 北海道 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>浜防風</b> 葉は軟らかくクセがないので生のままでもお使いいただけます。 茨城・埼玉 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>わらび かぎわらび</b> 春から初夏の山菜☆アク抜きは必須ですが炊き込みやおひたし、天ぷらに！ 茨城・栃木・山形 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>葉山葵</b> 冬から初夏にかけて四国から東北まで産地リレーしていきます。 徳島・岩手 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>花山葵</b> 山葵の花芽。出回り時期限定食材です。 静岡 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>のびる</b> 見た目はネギに似ていますが、ラッキョウとにんにくを足して割ったような風味です♪ 徳島 他	■	■	■	■	■	■	■

品名	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
 <b>かたくりの花</b> 独特な食感とほんのりの甘味。 秋田 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>こしあぶら</b> 栽培方法が確立しておらず希少な山菜になってきました。 秋田	■	■	■	■	■	■	■
 <b>たけのこ</b> 筍は焼く、煮る、炒める、炊く、和えるなんでも使える万能アイテム！ 中国	■	■	■	■	■	■	■
 <b>国産たけのこ (モウソウチク)</b> 全国各産地を北上リレーしていきます。 福岡・熊本・静岡・石川 他	■	■	■	■	■	■	■
 <b>庄内あさつき</b> 山形・庄内地方の寒期おすすめ野菜！ 山形	■	■	■	■	■	■	■
 <b>つぼみ菜</b> 芥子菜類。コリコリとした食感で、独特のほろ苦さとピリ辛味をどうぞ♪ 福岡	■	■	■	■	■	■	■