



神奈川県

KANAGAWA



旬の野菜のおすすめサラダ

kewpie

かぼちゃと鶏からのおかずサラダ



詳しいレシピは
こちら

材料(2人分).....

かぼちゃ.....125g
レタス.....2枚
ミニトマト(小).....4個
セロリ(50cm・茎部分).....1/3本
鶏のから揚げ.....3個
キューピー テイस्टイドレッシング
黒酢たまねぎ.....大さじ2

かぼちゃに含まれるビタミンAには、
夜間の視力の維持を助けたり、
皮膚や粘膜の健康維持を
助ける働きがあります。

かぼちゃの
効能



1日あたりの野菜摂取目標量
(350g以上)の約1/3が摂取できます!

＼ 甘くてホクホク！ ／
三浦半島のこだわりかぼちゃ



三浦半島では、収穫するまでの
期間を通常より10日程度長くとり、
完熟してから収穫します。完熟で
あるため、ホクホク感がより強く、
甘くて食味の良いかぼちゃです。



「三浦かぼちゃ」と
「横須賀こだわりかぼちゃ」は
かながわブランドに
登録されています

サラダで野菜をたくさん食べよう

新たな食卓価値の創造

食文化

社会・世界との
ふれあいを

健康

心も体も
ヘルシーに

サステナブル

地域・環境との
つながりを

誰よりもサラダのことを大切に考え、
サラダの価値を引き出し、
おいしいサラダをお届けしたい。
その想いを「サラダファースト」という
言葉に込めています。



野菜は
どうして
大切なの？



詳しくは
こちらから