

北斗市



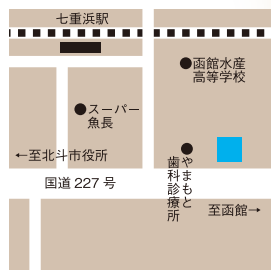
新鮮な魚介や農作物などの食の魅力をはじめ、温泉や観光スポットなどさまざまな見どころを持つ北斗市。2016年には北海道新幹線の『新函館北斗駅』がオープンし、道南観光の要の街に。魚介類の中では『ほっき貝』や『ワカメ』が特産品です。



保奥田商店



七重浜は50～60年前、啄木の歌で有名なハマナスが咲き乱れ遠望可能な寒村でした。今は郊外型ビックストアでゴッタ返しです。まず来て見て下さい。青果の御買得品が皆様をお待ちしております。



☎ (0138) 49-2207

所 北斗市七重浜二丁目26-3

営 9:00～18:00

休 元日のみです

P 3台

スーパーとうかい北斗店



市場から仕入れた新鮮で旬な野菜、果物を多数取り揃えております。明るく、親切な店員がお待ちしております。お気軽にご来店ください。



☎ (0138) 73-5152

所 北斗市飯生三丁目1-29

営 9:00~21:00

休 なし

P 20台

長葱【ながねぎ】

葉味として重要な野菜!その香り成分は、交換神経を刺激して体温を上昇させ、血行促進作用があるといわれている。葉には、免疫力を活性化するカロテンが多く含まれている。

香りや刺激が苦手な場合は、水でさらしたり加熱することで食べやすくなる。

(鮮度の見分け方)

- ・ 軟白部にツヤがあり、よく締まって弾力があるもの。
- ・ 色は青色と白色がはっきり分かれているもの。
- ・ 表面の皮や葉先が乾燥しすぎてないもの。

(保存方法)

- ・ 葉先を出して新聞紙に包み室内の温度の低いところで保存。
- ・ 立てて保存するのが良い。
- ・ 長期保存をしたい場合、庭などの土中に白い部分が隠れるように埋めると春先までもつ。

