

なた豆



ポイント

きれいな黄緑色ではりがあるものがおすすめ！
成長しすぎるとアクが出るため、
10～20cm位のものが食べやすい。

おいしい時期

8～9月

保存方法

ポリ袋に入れて、冷蔵庫に保存。

食べ方

サヤは厚みがあり、食感もしっかりしているため、食べやすい大きさに切って調理。福神漬けなどの漬物にしても！