



# しそう 野菜レシピ

私たちの住む宍粟は豊かな緑と清らかな水に恵まれた美しいまちです。  
ここで育まれたお米と野菜は、私たちにとって何よりのごちそうです。

白いごはんには野菜の煮物や漬け物。

シンプルだけど、なんとなく懐かしく、ほっとするやさしい味。  
なんでもすぐ手に入る時代だからこそ、あたたかい家庭の味を伝えていきたい。  
そんな思いで、お家で作れる野菜を使ったレシピを集めました。  
みなさんのお家の食卓に並ぶ一品になれば幸いです。

レシピ提供：宍粟市いずみ会、宍粟市生活研究グループ、宍粟市食生活改善グループ