

# 生しいたけ



まず 野菜、もっと 野菜  
おいた

野菜・果物を食べよう♪



## ポイント

生産方法は原木と菌床。

## 保存方法

ひだを上にして密閉容器に入れて！  
適当な大きさに切って冷凍がおすすめ！

おいしい時期

3～5月  
9～11月

## 食べ方

原木 しいたけ本来の味・香りを楽しめる。

菌床 味・香りがやわらかい。