

# 白菜



おいしい時期

11月～2月

## ポイント

重量感があり、葉がすき間なくつまっていて、フカフカしていないことが選び方のポイント。

## 保存方法

新聞紙に包み、涼しい場所に立てた状態で保存。  
使いかけはラップに包み冷蔵庫へ。

## 食べ方

茹でるときは、白い硬い部分を先に、葉の部分は後で！  
白菜スープ、白菜のミルフィーユ鍋など。