

# 有機野菜の宅配 ビオ・マルシェ お届け情報

株式会社ビオ・マーケット  
TEL:0120-66-1183  
FAX:092-611-5462  
http://www.biomarche.jp

## 10月8日(月)

### 【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・大根 → 産地では大根に病気が発生しており、出荷量が減少しております。
- ・白菜 → 長雨の影響で生育不良を起こしており収穫が遅れております。
- ・カリフラワー → 産地にて変色等の傷みがでているため出荷数が減少しております。
- ・水菜 → 各産地では長雨のため傷みが発生しており著しく出荷量が減少しております。
- ・しろ菜 → 先日の台風で畑が水に浸かったため出荷不可となった産地もあり、全体的に収穫量が少ない状況です。
- ・黒豆枝豆 → 先日来の台風で風に叩かれ、水に浸かるなどを繰り返したため収穫が遅れております。また出荷量も著しく少なくなる見込みです。
- ・有機高菜漬200g → 終了。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 843号
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 843w
- ・bioweekly 841w
- オーブリー化粧品
- ベビー商品
- おもちゃ箱ナトラケア

## ... 本日の野菜セット ...

### 多菜セット

有機	玉ねぎ	約600g	北海道	ちいむれグロリア農園	
有機	長芋	約200g	岩手	みちのく有機共同組合	
有機	じゃが芋	約600g	北海道	一戸義則	
有機	青ねぎ	1束	長野	塩尻有機研究会	
有機	ほうれん草	1束	奈良/長野	山口農園/塩尻有機研究会	
有機	南瓜	1/2	北海道	生産センター百我	
有機	いんげん	1P	奈良	喜多 清文	
有機	生椎茸(菌床)	1P	岐阜	和良農産	

### いきいきセット

有機	安納芋	1本	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	青ねぎ	1束	長野	塩尻有機研究会	
有機	サニーレタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	ほうれん草	1束	長野	塩尻有機研究会	
有機	ピーマン	1P	宮崎	アビオスファーム	
	あかね	1個	青森	みちのく有機共同組合	防除19回
有機	種なし柿	約300g	和歌山	かつらぎ町有機	
有機	平飼い卵	6個	山梨	黒富士農場	

### フルーティーセット

有機	青ねぎ	1束	長野	塩尻有機研究会	
有機	ほうれん草	1束	奈良/長野	山口農園/塩尻有機研究会	
有機	南瓜	1/2	北海道	生産センター百我	
有機	いんげん	1P	奈良	喜多 清文	
有機	生椎茸(菌床)	1P	岐阜	和良農産	
有機	バナナ	約500g	コロンビア	サンタマルタ農園	
	千秋	1個	青森	新農業研究会	防除24回
有機	種なし柿	約400g	和歌山	かつらぎ町有機	

### ゆうきだいすきセット

有機	玉ねぎ	約300g	北海道	ちいむれグロリア農園	
有機	じゃが芋	2個	北海道	一戸義則	
有機	金時芋	約300g	香川	さぬき有機生産組合	
有機	キャバツ	1/2	長野	大北農協八坂支所	
有機	リーフレタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	小松菜	1束	島根	やさか共同農場	
有機	ベビーリーフ	1P	広島	寺岡有機農場	
有機	バナナ	約300g	コロンビア	サンタマルタ農園	防除14回
	きおう	1個	青森	みちのく有機共同組合	防除19回

### 基本野菜 セット

有機	青ねぎ	1束	長野	塩尻有機研究会	
有機	ほうれん草	1束	奈良/長野	山口農園/塩尻有機研究会	
有機	南瓜	1/2	北海道	生産センター百我	
有機	いんげん	1P	奈良	喜多 清文	
有機	生椎茸(菌床)	1P	岐阜	和良農産	

※きのご類は化学薬品による室内殺菌などは行っておりません。  
※箱詰めの際に十分注意しておりますが、傷みや腐れ、また過度のおしおれや虫食い等ございましたら、どうぞご遠慮なくお電話等にてご連絡ください。

### 【本日の野菜セット変更】

- ・人参 → 長芋 (割れなどの人参も多数でており、引き続き収穫量が少ない状況です。)
- ・にら → 小松菜 (雨が多かったため生育不良を起こしておりそれに伴い、品質の劣化もみられるため出荷量が減少致します。)
- ・シナノスイート → きおう (入荷したものに傷み、変色等がみられたため出荷を見合わせております。)

# ●●●野菜セット予想メニュー●●●

カタログNO. 842Wお届け期間 10/15~10/19

多菜セット	有機玉ねぎ約500g ・ 有機金時芋約500g ・ 有機れんこん約200g ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機ブロッコリー ・ 有機ニラ ・ 有機なす2本 ・ えのき
【9996】¥2,592(冷蔵)	
フルーティーセット	有機キャベツ1/2 ・ 有機ブロッコリー ・ 有機ニラ ・ 有機なす2本 ・ えのき ・ 紅玉2個 ・ 有機みかん約500g
【9997】¥2,592(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機キャベツ1/2 ・ 有機ブロッコリー ・ 有機ニラ ・ 有機なす2本 ・ えのき
いきいきセット	有機キャベツ1/2 ・ 有機レタス ・ 有機春菊 ・ 有機南瓜1/4 ・ 有機生姜 ・ 有機バナナ約500g ・ 有機みかん約300g ・ 平飼い卵
【9998】¥2,592(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機人参1本 ・ 有機ごぼう ・ 有機松本1本ねぎ ・ 有機サニーレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機南瓜1/4 ・ 有機いんげん ・ 有機キウイ1個 ・ ジョナゴールド1個
【9994】¥2,108(冷蔵)	

カタログNO. 843Wお届け期間 10/22~10/26

多菜セット	有機人参約400g ・ 有機じゃが芋約700g ・ 有機ごぼう約200g ・ 有機青ネギ ・ 有機レタス ・ 有機春菊 ・ 有機いんげん ・ 有機ベビーリーフ
【9996】¥2,592(冷蔵)	
フルーティーセット	有機青ネギ ・ 有機レタス ・ 有機春菊 ・ 有機いんげん ・ 有機ベビーリーフ ・ 有機バナナ約300g ・ シナノスイート2個 ・ 有機みかん約300g
【9997】¥2,592(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機青ネギ ・ 有機レタス ・ 有機春菊 ・ 有機いんげん ・ 有機ベビーリーフ
いきいきセット	有機リーフレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機にら ・ 有機いんげん ・ 有機ベビーリーフ ・ 有機キウイ ・ ジョナゴールド ・ 平飼い卵
【9998】¥2,592(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機玉ねぎ約300g ・ 有機じゃが芋2個 ・ 有機青ネギ ・ 有機白菜1/4 ・ 有機レタス又は、有機リーフレタス ・ 有機春菊又は、有機水菜 ・ 有機生椎茸(菌床) ・ 有機バナナ約300g ・ 有機みかん約300g
【9994】¥2,108(冷蔵)	

※天候や畑の状況で変更する事があります。ご注文前にセットメニューを確認されたい時は、お手数ですがお電話でお問い合わせください。(防)は防除回数です。(防)表記のないものは有機農産物でお届けの予定です。  
 ※上のメニューからご希望のセットをお選びいただけます。ご予約セットと異なる場合は、注文コードをご記入ください。セット不要の際には、「予約セット=0」とご記入ください。

## 【豚肉と根菜の炊き込みご飯】

## ※ 新米が美味しい 豚肉と根菜の炊き込みご飯

### 【材料】

米…2合 ・ 豚挽き肉…180 ・ れんこん…80g ・ ごぼう…50g  
 にんじん…50g ・ 青ネギ…適量 ・ 粗びき黒胡椒…少々  
 A[水…340ml、醤油・酒…各大さじ2、昆布…5g]

① ボウルにAを入れて混ぜ、30分以上おく。米は研いで30分(冬場は約1時間)浸水させ、ざるに上げ水気を切る。

② れんこん・ごぼう・にんじんは皮を剥いてそれぞれ5mm角に切る。

③ フライパンを中火で熱し、豚挽き肉を炒め、②を加えて炒め合わせる。

④ 土鍋に米と③とAを入れ蓋をする。強火にかけ、蓋の穴から蒸気が出てきたら、中火で5分炊く。弱火にして15分炊いて火を止め、そのまま5分置いて蒸らす。

⑤ 仕上げに青ネギを散らし、粗びき黒胡椒をふる。

