

# 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23日(火)

### 【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・カリフラワー → 気温が下がったため生育不良を起こしております。
- ・ミニトマト → 一部の産地では先日の台風の影響でダメージを受けた株の回復は現在に至っても難しく、実がつかないため出荷数が大変少なくなっております。
- ・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。
- ・新興 → 運送便の遅延のため欠品となりました。
- ・釜揚げシラス → 原料不足のため、欠品になっております。

… 今週の配布物 …

- ・カタログ 845号
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 845w
- ・bioweekly 843w
- オーブリー
- ベビー
- おもちゃ箱ナトラケア

※今週のロゴナはお休みです。

## … 本日の野菜セット …

### 多菜セット

有機	人参	約400g	北海道	大雪を囲む会	
有機	じゃが芋	約700g	北海道	一戸義則	
有機	ごぼう	約200g	宮崎	霧島オーガニック	
有機	レタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	ほうれん草	1束	島根/和歌山	やさか共同農場/ビオランド紀の川	
有機	春菊	1束	三重/島根	木村 貢 /やさか共同農場	
有機	枝豆	1P	長野	塩尻有機研究会	
有機	ベビーリーフ	1P	長野	塩尻有機研究会	

### いきいきセット

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	奈良	山口農園	
有機	にら	1束	高知	大地と自然の恵み	
有機	枝豆	1P	長野	塩尻有機研究会	
有機	ベビーリーフ	1P	長野	塩尻有機研究会	
有機	キウイ	1個	ニュージーランド	ゼスフリ	
	ジョナゴールド	1個	長野	よませASS	防除12回
有機	平飼い卵	6個	山梨	黒富士農場	

### フルティーセット

有機	レタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	ほうれん草	1束	島根/和歌山	やさか共同農場/ビオランド紀の川	
有機	春菊	1束	三重/島根	木村 貢 /やさか共同農場	
有機	枝豆	1P	長野	塩尻有機研究会	
有機	ベビーリーフ	1P	長野	塩尻有機研究会	
有機	バナナ	約300g	コロンビア	サンタマルタ農園	
	ジョナゴールド	2個	長野	よませASS	防除12回
有機	みかん	約300g	熊本	肥後あゆみの会	

### ゆうきだいすきセット

有機	玉ねぎ	約300g	北海道	きたみらい	
有機	じゃが芋	2個	北海道	ちいむれグロリア農園	
転換	長ねぎ	1束	長野	高坂農園	
有機	白菜	1/4	長野	塩尻有機研究会	
有機	レタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	水菜	1束	島根	赤江オーガニックファーム	
有機	生椎茸(菌床)	1P	岐阜	和良農産	
有機	バナナ	約300g	コロンビア	サンタマルタ農園	
有機	みかん	約300g	熊本	肥後あゆみの会	

### 基本野菜 セット

有機	レタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	ほうれん草	1束	島根/和歌山	やさか共同農場/ビオランド紀の川	
有機	春菊	1束	三重/島根	木村 貢 /やさか共同農場	
有機	枝豆	1P	長野	塩尻有機研究会	
有機	ベビーリーフ	1P	長野	塩尻有機研究会	

※きのこ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】

- ・いんげん → 枝豆(路地の畑の収穫が終わることが重なり、出荷量が減少しております)
- ・シナノスイート → ジョナゴールド(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。)
- ・青ネギ → ほうれん草 又は長ネギ(一部産地では根腐れが発生しており、出荷数が減少しております。)

# ●●●野菜セット予想メニュー●●●

カタログNO. 844Wお届け期間 10/29~11/2

多菜セット	有機玉ねぎ約600g ・ 有機さつま芋600g ・ 有機レンコン200g ・ 有機ほうれん草 ・ 有機小松菜 ・ 有機坊ちゃん南瓜 ・ 有機生姜 ・ 有機生椎茸
【9996】¥2,592(冷蔵)	
フルーティーセット	有機ほうれん草 ・ 有機小松菜 ・ 有機坊ちゃん南瓜 ・ 有機生姜 ・ 有機生椎茸 ・ 有機キウイ1個 ・ 紅玉1個 ・ ショナゴールド2個
【9997】¥2,592(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機ほうれん草 ・ 有機小松菜 ・ 有機坊ちゃん南瓜 ・ 有機生姜 ・ 有機生椎茸
いきいきセット	有機ミニ白菜 ・ 有機サニーレタス ・ 有機春菊 ・ 有機南瓜1/4 ・ えのき ・ 有機バナナ ・ 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	有機玉ねぎ1個 ・ 有機安納芋約300g ・ 有機大根1/2 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機小松菜 ・ 有機ニラ ・ 有機南瓜1/4 ・ ショナゴールド ・ 有機みかん300g
【9994】¥2,108(冷蔵)	

カタログNO. 845Wお届け期間 11/5~11/9

多菜セット	有機玉ねぎ約600g ・ 有機じゃが芋約600g ・ 有機里芋約500g ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機レタス ・ 有機ニラ ・ 有機水菜 ・ 有機いんげん
【9996】¥2,592(冷蔵)	
フルーティーセット	有機キャベツ1/2 ・ 有機レタス ・ 有機ニラ ・ 有機水菜 ・ 有機いんげん ・ 有機バナナ約500g ・ 王林1個 ・ 有機みかん約400g
【9997】¥2,592(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機キャベツ1/2 ・ 有機レタス ・ 有機ニラ ・ 有機水菜 ・ 有機いんげん
いきいきセット	有機青ネギ ・ 有機大根1/2 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機ブロッコリー ・ 有機小松菜 ・ 有機キウイ1個 ・ むつ1個 ・ 平飼い卵
【9998】¥2,592(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機じゃが芋2個 ・ 有機青ネギ ・ 有機大根1/2 ・ 有機レタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機生姜 ・ 有機ベビーリーフ ・ 有機キウイ1個 ・ 北斗1個
【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。

## 【チキンカレーピラフ】

### ※ 食欲の秋 エスニックピラフ

#### 【材料】

米…2合 ・ 手羽元…6本 ・ 玉ねぎ…1/2個 ・ しめじ…1/2パック  
 ミニトマト…8個 ・ にんにく…1かけ ・ オリーブオイル…大さじ1  
 酒…大さじ1      オーガニックカレー…小さじ2 ・ 塩…小さじ1/3

① 米は洗ってざるにあげて水を切る。玉ねぎ、にんにくはみじん切りにする。手羽元には塩、こしょう(分量外)を振っておく。ミニトマトは洗ってヘタを取り、しめじは石づきを切って手でほぐす。

② フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて弱火にかける。香りがしてきたら火を中火にして、玉ねぎ入れ、しんなりするまで炒める

③ ②をフライパンの周りに寄せ、手羽元を並べてそのまま焼き色が付くまで焼く。焼き色が付いたらひっくり返して、酒を振って蓋をし、水気が無くなるまで3分程蒸焼きにする。

④ 蓋を取って全体をざっと混ぜ、オーガニックカレー小さじ1を振って肉に絡めたら火を止める。

⑤ 蓋を取って全体をざっと混ぜ、オーガニックカレー小さじ1を振って肉に絡めたら火を止める。

⑥ 炊き上がったたら一度肉を取り出し、ご飯をざっくりと混ぜてまた肉を戻し、10分程蒸らす。皿に盛って完成。

