

# 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

## 11月28日(水)

### 【本日の野菜・加工品欠品情報】

・白菜 → 長野県の産地では収穫が終盤に入ったため出荷量が減少しております。  
 ・南瓜 → 傷みが出ており、選別しながらの出荷になっています。  
 ・どんこ椎茸 → 朝晩の気温が急に下がったため生育不良をおこしております。  
 ・むつ → 生育期の天候不順のため今期は実成りが少なく間もなく終了となります。申し訳ございません。  
 ・キウイ → 完熟が進みすぎて、選別してのお届けになっています。  
 ・  
 ※豊作サービス 人参400g(あおり南部有機生産組合) セットに追加いたしております。

... 今週の配布物 ...

・カタログ 850号  
 ・お届け情報(本紙)  
 ・ご注文用紙 850w  
 ・bioweekly 848w  
 ・リマナチュラル  
 ・  
 ※菜種油類・ごま各種は、メーカー都合により、欠品になっております。

## ... 本日の野菜セット ...

### 多菜セット

### いきいきセット

転換	玉ねぎ	約500g	北海道	きたみらい農業協同組合		有機	れんこん	約200g	熊本	福島 正明	
有機	じゃが芋	約700g	北海道	ちいむれグローリア農園		有機	青ネギ	1束	和歌山	ビオランド	
有機	金時芋	約500g	香川	さぬき有機生産組合		有機	大根	1/2	長野	塩尻有機研究会	
有機	ミニ白菜	1個	宮崎	オーガニックスティションYOU		有機	小松菜	1束	和歌山	ビオランド紀の川	
有機	サニーレタス	1個	長崎	吾妻旬菜		有機	キャベツ	1/2	滋賀	大中農友会	
有機	又は、リーフレタス	1個	長野	塩尻有機研究会			ふじ	1個	長野	よませASS	防除14回
有機	小松菜	1束	和歌山	ビオランド紀の川		有機	みかん	約300g	和歌山	九鬼 オレンジファーム	
有機	にら	1束	高知	大地と自然の恵み			平飼い卵	6個	和歌山	蒼生舎	
転換	ミニトマト	1P	熊本	肥後あゆみの会							

### フルティーセット

### ゆうきだいすきセット

有機	ミニ白菜	1個	宮崎	オーガニックスティションYOU		有機	人参	1本	北海道	小野寺 淳二	
有機	サニーレタス	1個	長崎	吾妻旬菜		有機	金時芋	約300g	香川	さぬき有機生産組合	
有機	又は、リーフレタス	1個	長野	塩尻有機研究会		有機	レタス	1個	兵庫	うずしお	
有機	小松菜	1束	和歌山	ビオランド紀の川		有機	ほうれん草	1束	長野/三重	塩尻有機研究会/木村貢	
有機	にら	1束	高知	大地と自然の恵み		有機	チンゲン菜	1株	和歌山	ビオランド	
転換	ミニトマト	1P	熊本	肥後あゆみの会		有機	バビーリーフ	1P	広島	寺岡有機農場	
有機	バナナ	約500g	コロンビア	サンタマルタ農園			えのき	1P	長野	よませASS	
	王林	1個	長野	よませASS	防除14回	有機	キウイ	1個	和歌山	松本農園	欠品
	富有柿	2個	奈良	王隠堂農園	防除12回		王林	1個	長野	よませASS	防除14回

### 基本野菜 セット

有機	ミニ白菜	1個	宮崎	オーガニックスティションYOU		※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。					
有機	サニーレタス	1個	長崎	吾妻旬菜							
有機	又は、リーフレタス	1個	長野	塩尻有機研究会							
有機	小松菜	1束	和歌山	ビオランド紀の川							
有機	にら	1束	高知	大地と自然の恵み							
転換	ミニトマト	1P	熊本	肥後あゆみの会							

### 【本日の野菜セット変更】

・生椎茸 → ミントマト (例年に比べて気温と湿度が安定せず、菌の発生に支障がでており、出荷量が減少しております。)  
 ・いんげん → キャベツ1/2 (気温が低下したため、奈良の産地では生育速度が遅くなっております。)

# ●●●野菜セット予想メニュー●●●

カタログNO. 849Wお届け期間 12/3~12/7

多菜セット	有機里芋約400g ・ 有機ごぼう約200g ・ 有機レンコン約200g ・ 有機青ネギ ・ 有機大根1/2 ・ 有機春菊 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機ミニトマト
【9996】¥2,592(冷蔵)	
フルーティーセット	有機青ネギ ・ 有機大根1/2 ・ 有機春菊 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機キウイ1個 ・ 有機みかん約300g ・ ラ・フランス1個
【9997】¥2,592(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機青ネギ ・ 有機大根1/2 ・ 有機春菊 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機ミニトマト
いきいきセット	有機レタス ・ 有機ブロッコリー ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機ベビーリーフ ・ えのき ・ 有機キウイ1個 ・ 王林1個 ・ 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 ・ 有機里芋300g ・ 有機青ネギ ・ 有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ 有機南瓜1/4 ・ 有機いんげん ・ 有機バナナ約300g ・ 有機みかん約300g
【9994】¥2,108(冷蔵)	

カタログNO. 850Wお届け期間 12/10~12/14

多菜セット	有機玉ねぎ約600g ・ 有機人参約500g ・ 有機じゃが芋約400g ・ 有機小かぶ ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機サニーレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機いんげん
【9996】¥2,592(冷蔵)	
フルーティーセット	有機小かぶ ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機サニーレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機いんげん ・ 有機キウイ1個 ・ 有機バナナ約300g ・ ふじ2個
【9997】¥2,592(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機小かぶ ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機サニーレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機いんげん
いきいきセット	有機里芋300g ・ 有機紅くるり ・ 有機サニーレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機生椎茸(菌床) ・ 有機バナナ約300g ・ ふじ1個 ・ 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 ・ 有機じゃが芋2個 ・ 有機ごぼう ・ 有機大根1/2 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機春菊 ・ 有機キウイ1個 ・ ふじ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。

## 【具だくさん!八宝菜】

※ 暖かい八宝菜 中華料理です!

【材料】(4人分)

白菜…1/4個 ・ 豚バラスライス…1パック(220g) ・ むきえび…1袋(120g)  
 人参…1/2本 ・ ぶなしめじ…1/2房 ・ 生きらげ…40g  
 A[水…100cc、チキンコンソメ…1袋、酒…大さじ1、醤油…大さじ2、オイスターソース…小さじ1、砂糖…小さじ1~2]  
 塩・こしょう…少々 ・ 水溶き片栗粉…適量 ・ 片栗粉…適量 ・ 油…適量

① 白菜は水で洗って食べやすい大きさにそぎ切りにする。にんじんは短冊切りにする。ぶなしめじは石突を取ってほぐす。きくらげは汚れを拭き取り、食べやすい大きさに切る。

② 豚肉とむきえびは1口大に切り、それぞれ分量外の酒と塩こしょうを少々なじませておく。

③ 鍋にお湯を沸かし、①を下茹でする。ざるにあけて、片栗粉を少々まぶした②も同様に下茹でする。

④ 中華なべに油をひき、野菜を炒める。油がまわったらぶなしめじ、豚肉、エビも加えさらに炒める。

⑤ Aの材料を合わせて④に加える。塩こしょうをして味を調えて、水溶き片栗粉でとろみをつける。

