

# 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

## 5月29日(水)

### 【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・青葱 → 雨が少ないため一部の産地では生育の遅れが見られます。
- ・グリーンアスパラ → 気温の変動が大きいため、産地では生育不良を起こしております。
- ・キャベツ → 虫害と病気が発生しているため出荷を見合わせております。
- ・ズッキーニ → 雨が少なく高温の日が続いているため一部の産地では生育不良を起こしており、収穫量が減少しております。
- ・きゅうり → 出荷始めのため、収穫量がまだ安定しておりません。
- ・ピーマン → 病害虫が発生しているため収穫量が増えておりません。
- ・スナップエンドウ → 出荷終了を迎えた産地もあり、収穫量は減少傾向にあります。
- ・グレープフルーツ → 入荷したものに傷みがみられたため出荷量が減少しております。
- ・豆乳クッキープレーン7枚 → 欠品 在庫不足のため 5/29入荷予定

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 924w号
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 924w
- ・bioweekly 922w
- リマナチュラル
- 梅酒
- 有機アムスメロン
- 梅ノート(B4サイズ:両面)

## ... 本日の野菜セット ...

### 多菜セット

有機	新玉ねぎ	約800g	和歌山	バイオランド紀の川	
有機	新じゃが芋	約500g	長崎	吾妻旬菜	
有機	ごぼう	約200g	青森	あおもり南部有機生産組合	
有機	青ネギ	1束	長野	塩尻有機研究会	
転換	リーフレタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	ほうれん草	1束	島根/長野	赤江オーガニック/吉沢 文隆	
有機	ズッキーニ	1本	熊本	モエ・アグリファーム	
有機	トマト	2個	熊本	肥後あゆみの会	

### いきいきセット

有機	レタス	1個	長野/大阪	塩尻有機研究会/原田ファーム	
有機	小松菜	1束	三重	木村 貢	
有機	ズッキーニ	1本	熊本	モエ・アグリファーム	
有機	ミニトマト	1P	福岡	鳥越農園	
有機	ベビーリーフ	1P	長野	塩尻有機研究会	
有機	キウイ	2個	ニュージーランド	セスフリ・インターナショナル	
有機	バナナ	約300g	コロンビア	サンタマルタ農園	
	平飼い卵	6個	和歌山	蒼生舎	
有機	トマト	1個	熊本	肥後あゆみの会	豊作サービス

### フルティーセット

有機	青ネギ	1束	長野	塩尻有機研究会	
転換	リーフレタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	ほうれん草	1束	島根/長野	赤江オーガニック/吉沢 文隆	
有機	ズッキーニ	1本	熊本	モエ・アグリファーム	
有機	トマト	2個	熊本	肥後あゆみの会	
有機	バナナ	約500g	コロンビア	サンタマルタ農園	
	河内晩柑	3個	熊本	肥後あゆみの会	防除 1回

### ゆうきだいすきセット

有機	新じゃが芋	300g	宮崎	日向オーガニック	
転換	リーフレタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	水菜	1束	奈良	山口農園	
有機	トマト	1個	熊本	肥後あゆみの会	
有機	大根	1/2	長野	吉沢 文隆	
	えのき	1P	長野	よませASS	
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	
有機	サンゴールドキウイ		ニュージーランド	セスフリ	

### 基本野菜 セット

有機	青ネギ	1束	長野	塩尻有機研究会	
転換	リーフレタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	ほうれん草	1束	島根/長野	赤江オーガニック/吉沢 文隆	
有機	ズッキーニ	1本	熊本	モエ・アグリファーム	
有機	トマト	2個	熊本	肥後あゆみの会	

※きこの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】

- ・スナップエンドウ → 大根2/1 (出荷終了を迎えた産地もあり、収穫量は減少傾向にあります。)
- ・グレープフルーツ → サンゴールドキウイ (入荷したものに傷みがみられたため出荷量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. 923Wお届け期間 6/3~6/7

多菜セット	有機玉ねぎ500g ・ 有機人参500g ・ 有機長芋200g ・ 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 ・ 有機ベビーリーフ
【9996】¥2,808(冷蔵)	
フルーティーセット	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 ・ 有機ベビーリーフ ・ 有機キウイ3個 ・ 有機びわ150g
【9997】¥2,808(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	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 ・ 有機ベビーリーフ
いきいきセット	有機玉ねぎ2個 ・ 有機青ネギ ・ 有機リーフレタス ・ 有機水菜 ・ 有機トマト ・ 有機キウイ2個 ・ 河内晩柑1個 ・ 平飼い卵
【9998】¥2,808(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機玉ねぎ1個 ・ 有機青ネギ ・ 有機レタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機小松菜 ・ 有機ズッキーニ ・ 有機ミニトマト ・ 有機キウイ1個 ・ 河内晩柑1個
【9994】¥2,324(冷蔵)	

カタログNO. 924Wお届け期間 6/10~6/14

多菜セット	有機玉ねぎ400g ・ 有機人参400g ・ 有機じゃが芋600g ・ 有機青ネギ ・ 有機レタス ・ 有機サラダ菊菜 ・ 有機きゅうり2本 ・ 有機トマト3個
【9996】¥2,808(冷蔵)	
フルーティーセット	有機青ネギ ・ 有機レタス ・ 有機サラダ菊菜 ・ 有機きゅうり2本 ・ 有機トマト3個 ・ 有機バナナ500g ・ すもも350g
【9997】¥2,808(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機青ネギ ・ 有機レタス ・ 有機サラダ菊菜 ・ 有機きゅうり2本 ・ 有機トマト3個
いきいきセット	有機じゃが芋2個 ・ 有機レタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機きゅうり2本 ・ 有機ベビーリーフ ・ すもも250g ・ 平飼い卵
【9998】¥2,808(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機玉ねぎ1個 ・ 有機人参1本 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機サニーレタス ・ 有機水菜 ・ 有機きゅうり2本 ・ 有機トマト1個 ・ 有機ベビーリーフ ・ 有機バナナ300g
【9994】¥2,324(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。

## 【サニーレタスと牛肉の卵炒め】

### ※ サニーレタスの食べ方第2弾 !

【材料】(2人分)

牛肉…200g ・ 卵…3個 ・ サニーレタス…6枚 ・ えのき…100g  
 バター…大さじ2 ・ 塩こしょう…適量 ・ 野菜ブイヨン…小さじ1

- ① 卵を溶きほぐし、軽く塩こしょうする。サニーレタスを洗って、大きめにちぎっておく。えのきは3~4cm幅に切る。
- ② フライパンにバター大さじ1を熱し、溶けたら卵液を流し入れ、中火で火にかける。
- ③ 底が固まってきたタイミングで、大きくゆっくりかきまぜる。半熟の状態一旦皿に取り出す。
- ④ そのままのフライパンに残りのバターを熱し、中火で牛肉を炒める。火が通ったらサニーレタスとえのきも入れ、更に炒める。
- ⑤ カサが減ったら、塩こしょうと野菜ブイヨンで味付けし、火を止める。
- ⑥ フライパンに卵を戻し入れて混ぜ、皿に盛りつける。

