

# 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17日(火)

### 【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・有機松本一本ねぎ ⇒ 産地ではまもなく収穫終了となるため出荷量が減少しております。少量・欠品となります。
- ・有機ラディッシュ ⇒ 気温低下のため生育不良を起こしており、現在出荷を見合わせております。欠品となります。
- ・有機白菜 ⇒ 長野県の産地ではまもなく収穫終了となり九州の産地では生育の遅れが見られるため、出荷量は少ない状況です。
- ・有機ブロッコリー ⇒ 気温低下のため生育不良を起こしており出荷量が減少しております。入荷状況により少量・欠品となります。
- ・有機パセリ ⇒ 新芽を出すため葉の切り戻しを行っており出荷量が減少しております。少量・欠品となります。

… 今週の配布物 …

- ・カタログ 049w号(D)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 049w
- ・bioweekly 047w
- ・ロゴナ
- ・オーブリー
- ・ベビー商品
- ・ナトラケア
- ・クリスマスギフト
- ・RHS
- ・アーク&エコ
- ・安間産業
- ・ディオニー
- ・リオ
- ・おもちゃ箱(食品・クリスマス)
- ・日本オリーブ

## … 本日の野菜セット …

### 多菜セット

有機	玉ねぎ	600g	北海道	野沢伸行	
有機	じゃが芋	500g	北海道	北海道有機農業協同組合	
有機	里芋	500g	長崎	吾妻旬菜	
有機	小かぶ	1束	滋賀	垣見農園	
有機	サニーレタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	南瓜	1個	北海道	小野寺 淳二	増量
有機	ベビーリーフ	1P	長野	塩尻有機研究会	
有機	生椎茸	1P	岐阜	和良農産	

### いきいきセット

有機	じゃが芋	400g	北海道	北海道有機農業協同組合	
有機	安納芋	300g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	白ネギ	300g	長野	高坂農園	変更
有機	キャベツ	1/2	長野	大北農業協同組合	変更
有機	サラダ菊菜	1束	島根	やさか共同農場	
有機	クレソン	30g	宮崎	甦る大地の会	
有機	バナナ	500g	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	

### フルーティーセット

有機	小かぶ	1束	滋賀	垣見農園	
有機	サニーレタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	南瓜	1個	北海道	小野寺 淳二	増量
有機	ベビーリーフ	1P	長野	塩尻有機研究会	
有機	生椎茸	1P	岐阜	和良農産	
	ふじ	1個	長野	よませASS	防除 15回
	富有柿	1kg	奈良	王隠堂農園	防除 7回

### ゆうきだいすきセット

有機	人参	300g	北海道	ちいむれグロリア農園	
有機	ごぼう	200g	青森	あおもり南部有機生産組合	
有機	白ネギ	300g	長野	高坂農園	変更
有機	キャベツ	1/2	長野	大北農業協同組合	
有機	レタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	小松菜	1束	奈良	横山秀夫	
有機	春菊	1束	長野	塩尻有機研究会	
有機	いんげん	1P	鹿児島	池田農園	
有機	みかん	300g	和歌山	九鬼 オレンジファーム	

### 基本野菜 セット

有機	小かぶ	1束	滋賀	垣見農園	
有機	サニーレタス	1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	南瓜	1個	北海道	小野寺 淳二	増量
有機	ベビーリーフ	1P	長野	塩尻有機研究会	
有機	生椎茸	1P	岐阜	和良農産	

※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】

- ・有機南瓜1/2個 ⇒ 有機南瓜×2 (サイズが小さめのため。)
- ・有機松本一本葱300g ⇒ 有機長葱(白葱)300g (出荷終了間近のため。)
- ・有機白菜1/4個 ⇒ 有機キャベツ1/2個 (長野県の産地が出荷終了間近であり、九州の産地の生育が遅れているため。)

●●●野菜セット予想メニュー●●●

## カタログNO. 048wお届け期間 11/23~11/27

多菜セット	有機玉ねぎ600g ・ 有機人参600g ・ 有機ごぼう200g ・ 有機大根 ・ 有機レタス ・ 有機小松菜 ・ 有機ニラ ・ えのき
【9996】¥2,808(冷蔵)	
フルーティーセット	有機大根 ・ 有機レタス ・ 有機小松菜 ・ 有機ニラ ・ えのき ・ 有機バナナ300g ・ 有機みかん1kg
【9997】¥2,808(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機大根 ・ 有機レタス ・ 有機小松菜 ・ 有機ニラ ・ えのき
いきいきセット	有機玉ねぎ300g ・ 有機里芋300g ・ 有機レタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機いんげん ・ ふじ1個 ・ 平飼い卵
【9998】¥2,808(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機じゃが芋400g ・ 有機大根1/2 ・ 有機セロリ ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機水菜 ・ 有機南瓜1/4 ・ 有機クレソン ・ ふじ1個
【9994】¥2,324(冷蔵)	

## カタログNO. 049wお届け期間 11/30~12/4

多菜セット	有機人参500g ・ 有機じゃが芋500g ・ 有機さつま芋500g ・ 有機青ネギ ・ 有機小かぶ ・ 有機キャベツ ・ 有機水菜 ・ 有機いんげん
【9996】¥2,808(冷蔵)	
フルーティーセット	有機青ネギ ・ 有機小かぶ ・ 有機キャベツ ・ 有機水菜 ・ 有機いんげん ・ 有機バナナ500g ・ ラ・フランス1個
【9997】¥2,808(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機青ネギ ・ 有機小かぶ ・ 有機キャベツ ・ 有機水菜 ・ 有機いんげん
いきいきセット	有機人参400g ・ 有機大根 ・ 有機小松菜 ・ 有機ニラ ・ 有機水菜 ・ しめじ ・ 有機みかん300g ・ 平飼い卵
【9998】¥2,808(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機玉ねぎ300g ・ 有機里芋300g ・ 有機紅くるり ・ 有機小松菜 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機いんげん ・ 有機ベビーリーフ ・ えのき ・ 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。

### 【秋の恵みたっぷり 炊き込みご飯】

※新米が美味しい 秋の恵みたっぷり炊き込みご飯！

#### 【材料】

米…2合 ・ にんじん…1/3本(50g) ・ ごぼう…1/4本(40g) ・ しめじ…80g  
 銀杏…10個 ・ 金時芋…2~3cm(80g程度)  
 油揚げ…1枚 ・ 三つ葉…適量  
 A[水…250cc、和風だし…小さじ2、醤油…大さじ2、みりん…大さじ4]

- ① 米はといで30分以上水に浸し、ざるにあげる。(冬場は1~2時間)
- ② にんじんは3mm幅の輪切りにし、もみじの型で抜くか、いちょう切りにする。ごぼうはささがきにし、水にさらす。しめじは石づきを切り落とし、ほぐす。
- ③ 銀杏は銀杏割り器などで殻にヒビを入れ、殻を剥き、薄皮も剥く。金時芋は1cm角の大きさにカットし水にさらす。油揚げは細切りにする。
- ④ 水気を切った米を炊飯器の内釜に移し、そこにAを加え、それから2合の目盛まで水を注ぎ入れる。さっと全体を混ぜ合わせ炊き始める。
- ⑤ 炊きあがったら1~2分蒸らし、器に盛り、三つ葉を飾る。

