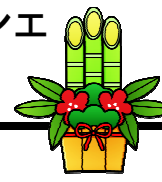




# 有機野菜の宅配 ビオ・マルシェ お届け情報



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

## 1月6日(水)

### ◆ 明けましておめでとうございます。◆

#### 【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・有機さつまいも ⇒ 一部の産地で基腐病が発生しており出荷量が減少しております。
- ・有機れんこん ⇒ 年末年始の寒波の影響で収穫が遅れております。
- ・有機トマト ⇒ 気温の低下による色づきの遅れのため出荷量が減少しております
- ・有機ピーマン ⇒ 気温の低下と曇天のため生育不良を起こしております。
- ・有機いんげん ⇒ 運送便による遅延の発生のため欠品となりました。
- ・有機パセリ ⇒ アブラムシによる虫害の発生のため現在出荷を見合わせております。欠品となります。
- ・有機コリアンダー ⇒ 産地からの入荷が年始は5日からとなるため5日納品分については欠品となりました。申し訳ございません。

… 今週の配布物 …

- ・カタログ 104w号(D)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 104w
- ・bioweekly 102w
- ・リマナチュラル
- ・日本オリーブ
- ・プロスペリティ

### … 本日の野菜セット …

#### 多菜セット

#### いきいきセット

有機	人参	500g	岡山	吉備路オーガニックワーク	転換	玉ねぎ	300g	北海道	きたみらい農業協同組合
有機	じゃが芋	500g	北海道	ちいむれグロリア農園	有機	じゃが芋	400g	北海道	ちいむれグロリア農園
有機	さつまいも	500g	鹿児島	東山ベジフル	有機	菜の花	1束	高知	大地と自然の恵み 変更
有機	紅くるり	1本	香川	さぬき有機生産組合	有機	キャベツ	1/2	滋賀	大中農友会
有機	赤かぶ	1束	滋賀	大中農友会	有機	いんげん	1P	鹿児島	池田農園
有機	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み		えのき	1P	長野	よませASS
有機	菜の花	1束	高知	大地と自然の恵み	有機	みかん	400g	和歌山	松弥園
	えのき	1P	長野	よませASS	有機	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み
有機	小松菜	1束	和歌山	ビオランド紀の川	豊作サービス	平飼い卵	6個	和歌山	蒼生舎

#### フルーティーセット

#### ゆうきだいすきセット

有機	紅くるり	1本	香川	さぬき有機生産組合	転換	玉ねぎ	300g	北海道	きたみらい農業協同組合	
有機	赤かぶ	1束	滋賀	大中農友会	有機	人参	400g	岡山	吉備路オーガニックワーク	
有機	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み	有機	里芋	300g	長崎	吾妻旬菜	
有機	菜の花	1束	高知	大地と自然の恵み	有機	ごぼう	200g	岩手	みちのく有機共同組合	
	えのき	1P	長野	よませASS	有機	青ねぎ	1束	和歌山	ビオランド	
有機	小松菜	1束	和歌山	ビオランド紀の川	豊作サービス	有機	白菜	1/4	宮崎	野口オーガニックファーム
有機	バナナ	500g	コロンビア	サンタマルタ農園	有機	菜の花	1束	高知	大地と自然の恵み 変更	
有機	スイートスプリング	500g	熊本	肥後あゆみの会	有機	塩ミニトマト	1P	熊本	肥後あゆみの会	
	ふじ	1個	長野	よませASS	防除 15回	有機	八朔	1個	和歌山	福田 英友己
						有機	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み 豊作サービス

#### 基本野菜 セット

有機	紅くるり	1本	香川	さぬき有機生産組合	※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、また過度のおれや虫食い等ございましたら、どうぞ遠慮なくお電話等にてご連絡ください。					
有機	赤かぶ	1束	滋賀	大中農友会						
有機	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み						
有機	菜の花	1束	高知	大地と自然の恵み						
	えのき	1P	長野	よませASS						
有機	小松菜	1束	和歌山	ビオランド紀の川	豊作サービス					

#### 【本日の野菜セット変更】

- ・有機トマト(L)1個 ⇒ 有機ミニトマト100g (低温により色付きが遅れているため。)
- ・有機パセリ30g ⇒ 有機菜の花1束 (虫害発生により減収のため。)
- ・有機蓮根 ⇒ 有機菜の花 (年末年始の寒波の影響で収穫が遅れております。)

・いきいきセット ⇒ チンゲン菜 (豊作サービス)

●●●野菜セット予想メニュー●●●

## カタログNO. 103wお届け期間 1/11~1/15

多菜セット	有機玉ねぎ500g ・ 有機里芋400g ・ 有機長芋200g ・ 有機長ネギ ・ 有機白菜1/4 ・ 有機ブロッコリー ・ 有機小松菜 ・ 有機いんげん
【9996】¥2,808(冷蔵)	
フルーティーセット	有機長ネギ ・ 有機白菜1/4 ・ 有機ブロッコリー ・ 有機小松菜 ・ 有機いんげん ・ 王林1個 ・ 有機ネーブル600g
【9997】¥2,808(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機長ネギ ・ 有機白菜1/4 ・ 有機ブロッコリー ・ 有機小松菜 ・ 有機いんげん
いきいきセット	有機里芋300g ・ 有機ごぼう ・ 有機小かぶ ・ 有機リーフレタス ・ 有機ブロッコリー ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機バナナ300g ・ 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 ・ 有機長芋 ・ 有機長ネギ ・ 有機大根1/2 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機水菜 ・ えのき ・ ふじ1個
【9994】¥2,324(冷蔵)	

## カタログNO. 104wお届け期間 1/18~1/22

多菜セット	有機人参500g ・ 有機じゃが芋600g ・ 有機ごぼう200g ・ 有機青ネギ ・ 有機大根 ・ 有機水菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機生姜
【9996】¥2,808(冷蔵)	
フルーティーセット	有機青ネギ ・ 有機大根 ・ 有機水菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機生姜 ・ 有機バナナ500g ・ 有機ポンカン800g
【9997】¥2,808(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機青ネギ ・ 有機大根 ・ 有機水菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機生姜
いきいきセット	有機人参300g ・ 有機長芋200g ・ 有機青ネギ ・ 有機大根 ・ 有機菜の花 ・ えのき ・ ふじ1個 ・ 平飼い卵
【9998】¥2,808(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機玉ねぎ300g ・ 有機さつま芋300g ・ 有機サニーレタス ・ 有機ブロッコリー ・ 有機小松菜 ・ 有機菜の花 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機生椎茸(菌床) ・ 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。

### 【こんにゃくの肉巻き

き】

### ※ ヘルシー こんにゃくの肉巻き！

#### 【材料】(2~3人分)

こんにゃく…1枚 ・ 薄切り肉…150g ・ 塩…小さじ1 ・ 小麦粉…大さじ1  
 サラダ油…大さじ1 ・ レタス・トマト…お好みの量  
 A[醤油・みりん・酒…各大さじ1]

- ① こんにゃくに塩をもみ込む。(柔らかくなってくるのが目安。)その後水洗いする。
- ② こんにゃくの両面に左右斜めに格子状の切りこみを入れ、6等分に切る。フライパンの半量に湯を沸かし、こんにゃくを入れて下茹でする。ザルに出し、水洗いして粗熱をとる。
- ③ 肉を広げ、こんにゃくをのせて、手前から巻いていく。パットにラップをかけ、小麦粉を広げ、肉を巻いたこんにゃくを転がしながら小麦粉をまぶす。
- ④ フライパンに油を熱し、肉巻きをころがしながら、表面をパリッとこんがり焼き色をつける。合わせたAを流し入れ、絡める。
- ⑤ 皿にちぎったレタスと、くし切りにしたトマトと、④を盛り付ける。

