

# 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

## 12月17日(木)

### 【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・有機ミニ白菜 ⇒ 気温が低下したため生育が遅れがでております。
- ・有機キャベツ ⇒ 気温が低下したため生育が遅れがでております。
- ・有機サニーレタス ⇒ 気温が低下したため生育が遅れがでております。
- ・有機南瓜 ⇒ 入荷したものに傷みが出始めております。少量・欠品となります。
- ・有機ミニトマト ⇒ 気温が低下したため色づきに遅れがでております。少量・欠品となります。
- ・有機塩ミニトマト ⇒ 気温の低下と品種の特性により色づきに遅れがでております。少量・欠品となります。
- ・有機いんげん ⇒ 気温の低下と雨不足のため生育不良を起こしております。
- ・有機三つ葉 ⇒ 霜の影響で変色してしまったため欠品となりました。
- ・どんこ椎茸(原木) ⇒ 気温の低下と雨の不足のため収穫量が不安定な状況です。
- ・平飼いたまご ⇒ 入荷数が減少しております。
- ・有機牛ひき肉 ⇒ 部位不足の為欠品。
- ・珪藻土加湿器 ⇒ 想定を大幅に上回る受注が来ており、生産が追いついていないため、1/20(水)ごろからの発送になります。

… 今週の配布物 …

- ・カタログ 102w号(B)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 102w
- ・bioweekly 051w
- ・リマナチュラル
- ・福袋チラシ

※ カタログ102wは、火～木までの会員様用です。月曜日会員の皆様の初回配送はカタログ103w 1/11(月)からになります。

## … 本日の野菜セット …

### 多菜セット

有機	玉ねぎ	500g	北海道	野沢伸行	
有機	里芋	400g	熊本	吉水農園	
有機	長芋	200g	青森	あおもり南部有機生産組合	
有機	白菜	1/4	熊本	モエ・アグリファーム	
有機	ブロッコリー	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	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み	変更
有機	春菊	1束	大坂	原田ファーム	

### いきいきセット

有機	玉ねぎ	300g	北海道	野沢伸行	
有機	キャベツ	1/2	滋賀	大中農友会	
有機	ほうれん草	1束	島根	やさか共同農場	
有機	南瓜	1/4	北海道	大地のMEGUMI	
有機	いんげん	1P	鹿児島	池田農園	
	しめじ	1P	和歌山	日高きのごセンター	
	ラ・フランス	1個	山形	佐藤果樹園	防除 19回
	平飼いたまご	6個	和歌山	蒼生舎	

### フルーティーセット

有機	白菜	1/4	熊本	モエ・アグリファーム	
有機	ブロッコリー	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	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み	変更
有機	春菊	1束	大坂	原田ファーム	
有機	キウイ	400g	山梨	フルーツグローリア沢登	
有機	バナナ	500g	コロンビア	サンタマルタ農園	

### ゆうきだいすきセット

有機	じゃが芋	400g	北海道	ちいむれグロリア農園	
有機	ごぼう	200g	岩手	みちのく有機共同組合	
有機	白ネギ	300g	鹿児島	アビオスファーム	
有機	白菜	1/4	熊本	モエ・アグリファーム	
有機	セロリ	1本	福岡	鳥越農園	
有機	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み	
有機	水菜	1束	京都	ワタミファーム	
有機	生姜	1個	高知	大地と自然の恵み	
	王林	1個	青森	新農業研究会	防除22回

### 基本野菜 セット

有機	白菜	1/4	熊本	モエ・アグリファーム	
有機	ブロッコリー	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	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み	変更
有機	春菊	1束	大坂	原田ファーム	

※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】

- ・有機三つ葉1束 ⇒ 有機ニラ100g (霜にあたったことで変色し、減収のため。)

●●●野菜セット予想メニュー●●●

## カタログNO. 052w-053wお届け期間 12/21~12/30

多菜セット	有機玉ねぎ600g ・ 有機人参600g ・ 有機じゃが芋600g ・ 有機青ネギ ・ 有機大根 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機オレンジカリフラワー ・ 有機水菜
【9996】¥2,808 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機青ネギ ・ 有機大根 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機オレンジカリフラワー ・ 有機水菜 ・ ふじ2個 ・ 有機みかん600g
【9997】¥2,808 (冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機青ネギ ・ 有機大根 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機オレンジカリフラワー ・ 有機水菜
いきいきセット	有機人参300g ・ 有機青ネギ ・ 有機大根 ・ 有機ミニ白菜 ・ 有機小松菜 ・ 有機春菊 ・ ふじ1個 ・ 平飼い卵
【9998】¥2,808 (冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機安納芋300g ・ 有機大根 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機小松菜 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機いんげん ・ 有機クレソン又は、ベビーリーフ ・ 有機バナナ300g ・ 有機レモン300g
【9994】¥2,324 (冷蔵)	

## カタログNO. 102wお届け期間 1/5~1/8

多菜セット	有機人参500g ・ 有機じゃが芋500g ・ 有機さつま芋500g ・ 有機紅くるり ・ 有機赤かぶ ・ 有機ニラ ・ 有機菜の花 ・ えのき
【9996】¥2,808 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機紅くるり ・ 有機赤かぶ ・ 有機ニラ ・ 有機菜の花 ・ えのき ・ 有機バナナ500g ・ ふじ1個 ・ 有機スイーツスプリング500g
【9997】¥2,808 (冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機紅くるり ・ 有機赤かぶ ・ 有機ニラ ・ 有機菜の花 ・ えのき
いきいきセット	有機玉ねぎ300g ・ 有機じゃが芋400g ・ 有機れんこん300g ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機いんげん ・ えのき ・ 有機みかん400g ・ 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 ・ 有機人参400g ・ 有機里芋300g ・ 有機ごぼう200g ・ 有機青ネギ ・ 有機白菜1/4 ・ 有機トマト(L)1個 ・ 有機パセリ ・ 有機はっさく1個
【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。

**【里芋の菊菜ソース】**

**※ おしゃれな1品 里芋の菊菜ソース！**

**【材料】(3人前)**

里芋…300g ・ 塩…適量 ・ クルミ…6g  
 クコの実など…適量  
 A:菊菜ソース[菊菜…100g、醤油…大さじ2/3、甘酒(水で2倍にうすめたもの)…大さじ1]



里芋の菊菜ソース

- ① 里芋は皮を剥き、くし形にカットし、3分程度塩茹でする。
- ② フライパンで多めの油で色付くまで焼く。
- ③ 塩茹でした菊菜を2cm程度にカットし、醤油と甘酒を加えブレンダーにかける。(フードプロセッサーでもOK。)
- ④ 器に③のソースを敷き、②の里芋をのせ、粗目に刻んだクルミとクコの実をトッピングする。

**★POINT★**  
 痰を取り除く呼吸器ケアメニュー。里芋と菊菜は痰を取り除く働きがあり、クルミは身体を温めます。鍋の時期には菊菜をたっぷり使って欲しいです。