

# 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6日(木)

### 【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・有機塩ミニトマト ⇒ 朝晩の冷え込みにより色づきに遅れが出ております。少量・欠品となります。
- ・有機ピーマン ⇒ 天候が不安定なため生育不良を起こしております。少量・欠品となります。
- ・有機絹さや ⇒ 収穫のピークを過ぎたため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。
- ・有機新じゃが芋 ⇒ 生育不良のため掘り取り作業が遅れており各産地とも出荷量が不安定な状況です。入荷状況により少量・欠品となります。
- ・冷凍草もち ⇒ 原材料不足の為、欠品になっております。

### ※カタログ120 温度帯表記の訂正

・カタログ No.120 裏表紙掲載

・注文番号 1594

・商品名 徳用・土佐近海一本釣葉焼鰹タタキ

・カタログ上温度帯区分が「冷」と表記されていますが「凍」の誤りです。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 121w号(A)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 121w
- ・bioweekly 119w
- ・ロゴナ
- ・オーブリー
- ・ベビー
- ・ナトラケア
- ・らっきょう
- ・小梅
- ・ハート 寝具
- ・山織 オーガニックコットン
- ・安間産業 ソラデー
- ・デオニー ワイン
- ・日本オリーブ オリーブオイル
- ・プロスペリティー 食品

## ... 本日の野菜セット ...

### 多菜セット

有機	新玉ねぎ	500g	和歌山	井上農園	
有機	人参	500g	宮崎	日向オーガニック	
有機	長芋	200g	岩手	みちのく有機共同組合	変更
有機	レタス	1個	兵庫	うずしお	
有機	小松菜	1束	島根	赤江オーガニックファーム	
有機	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み	
有機	トマト	2個	熊本	肥後あゆみの会	変更
	しめじ	1P	和歌山	日高きのごセンター	

### いきいきセット

有機	長芋	200g	岩手	みちのく有機共同組合	
有機	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み	
有機	水菜	1束	島根	赤江オーガニックファーム	
有機	そら豆	400g	和歌山	ビオランド紀の川	変更
有機	トマト	1個	熊本	肥後あゆみの会	
有機	いんげん	1P	鹿児島	池田農園	
有機	グレープフルーツ	1個	熊本	肥後あゆみの会	
	平飼い卵	6個	和歌山	蒼生舎	

### フルーティーセット

有機	レタス	1個	兵庫	うずしお	
有機	小松菜	1束	島根	赤江オーガニックファーム	
有機	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み	
有機	トマト	2個	熊本	肥後あゆみの会	変更
	しめじ	1P	和歌山	日高きのごセンター	
	河内晩柑	1個	熊本	肥後あゆみの会	防除 1回
有機	びわ	150g	福岡	古賀雄樹	

### ゆうきだいすきセット

有機	人参	300g	宮崎	日向オーガニック	
有機	青ねぎ	1束	高知	大地と自然の恵み	
有機	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	長野	塩尻有機研究会	
有機	小松菜	1束	島根	赤江オーガニックファーム	
有機	トマト	1個	熊本	肥後あゆみの会	
有機	パセリ	30g	高知	大地と自然の恵み	
	えのき	1P	長野	よませASS	
有機	サンゴールドキウイ	2個	ニュージーランド	セスプリ・インターナショナル	

### 基本野菜 セット

有機	レタス	1個	兵庫	うずしお	
有機	小松菜	1束	島根	赤江オーガニックファーム	
有機	ニラ	1束	高知	大地と自然の恵み	
有機	トマト	2個	熊本	肥後あゆみの会	変更
	しめじ	1P	和歌山	日高きのごセンター	

※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。

### 【本日の野菜セット変更】

- ・有機ミニトマト150g ⇒ 有機トマト2個 (朝晩の冷え込みにより、色づきが遅れているため。)
- ・有機新じゃが芋400g ⇒ 有機長芋200g (生育不良のため作業が遅れており、出荷量が不安定な状況です。)
- ・有機ズッキーニ1本 ⇒ 有機そら豆400g (朝晩の冷え込みにより、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. 120wお届け期間 5/10~5/14

多菜セット	有機新たまねぎ500g ・ 有機新じゃが芋400g ・ 有機長芋200g、有機青葱100g ・ 有機水菜 ・ 有機ズッキーニ1本 ・ 有機トマト(L)1個 ・ 有機なす2本
【9996】¥2,808 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機青葱100g ・ 有機水菜 ・ 有機ズッキーニ1本 ・ 有機トマト(L)1個 ・ 有機なす2本 ・ 有機バナナ300g ・ 国産有機グレープフルーツ700g
【9997】¥2,808 (冷蔵)	
基本野菜	有機青葱100g ・ 有機水菜 ・ 有機ズッキーニ1本 ・ 有機トマト(L)1個 ・ 有機なす2本
いきいきセット	有機にんじん300g ・ 有機サニーレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ミニトマト ・ 有機とうもろこし1本 ・ 有機パセリ ・ 有機バナナ ・ 平飼い卵6個
【9998】¥2,808 (冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機新たまねぎ300g ・ 有機新じゃが芋400g ・ 有機レタス ・ 有機水菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機そら豆200g ・ 有機青じそ ・ 有機ベビーリーフ又は有機クレソン30g ・ 有機バナナ 300g
【9994】¥2,324 (冷蔵)	

## カタログNO. 121wお届け期間 5/17~5/21

多菜セット	有機新玉ねぎ500g ・ 有機人参500g ・ 有機新じゃが芋400g ・ 有機サニーレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ミニトマト ・ 有機とうもろこし ・ 有機いんげん
【9996】¥2,808 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機サニーレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ミニトマト ・ 有機とうもろこし ・ 有機いんげん ・ 有機サンゴールドキウイ3個 ・ 有機バナナ500g
【9997】¥2,808 (冷蔵)	
基本野菜	有機サニーレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ミニトマト ・ 有機とうもろこし ・ 有機いんげん
いきいきセット	有機新玉ねぎ300g ・ 有機レタス ・ 有機小松菜 ・ 有機サラダ菊菜 ・ 有機トマト(L)1個 ・ 有機クレソン ・ 有機サンゴールドキウイ2個 ・ 平飼い卵
【9998】¥2,808 (冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機人参1本 ・ 有機ブロッコリー ・ 有機小松菜 ・ 有機にら ・ 有機トマト(L)1個 ・ 有機 なす2本 ・ 有機いんげん ・ 有機生椎茸(菌床) ・ 有機グレープフルーツ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。

### 【豆腐&牛肉のヘルシートマト煮】

### ※ 豆腐&牛肉のヘルシートマト煮 !

【材料】(4人分)

絹豆腐…2丁 ・ 牛肉(スライス)…150g ・ 酒・塩・こしょう…各少々  
トマト…2個 ・ 生姜・にんにく(みじん切り)…各1片  
サラダ油…大さじ ・ 酢…小さじ ・ 水溶き片栗粉…小さじ2  
パクチー…適量  
A[水… 3/4カップ、野菜ブイヨン…小さじ2、酒・醤油…各大さじ1、砂糖…小さじ1/2]

- ① 豆腐は軽く水きりをし、ひと口大の角切りにする。
- ② 牛肉は3cm幅ほどに切り、酒・塩・こしょうで下味をつける。
- ③ トマトはヘタを取って皮を湯むきし、8等分のくし形に切る。
- ④ 鍋を熱してサラダ油をなじませ、生姜・にんにくを入れて炒める。香りが出たら2を加えて強火で手早く炒め合わせ、肉の色が変わったらAを加える。
- ⑤ ④が煮立ったら①を加え、再び煮立ったら③を加えて煮る。
- ⑥ トマトがやわらかくなったら酢を加え、水溶き片栗粉でとろみをつけて火を止める。器に盛り、お好みでパクチーを添える。



豆腐&牛肉の  
ヘルシートマト煮