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

3月15日(火)

【本日の野菜・加工品欠品情報】

・有機塩ミニトマト ⇒ 長く続いた寒波の影響による生育の遅れのため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。

・有機青じそ ⇒ 寒波の影響による生育の遅れのため出荷量が不安定な状況です。

・有機大根 ⇒ 畑で傷みやとう立ちが出始めており出荷量が減少しております。少量・欠品となります。

・有機サニーレタス ⇒ 寒波の影響で葉の傷みなどの品質不良が見られます 入荷状況により少量・欠品となります。

・有機ブロッコリー ⇒ 各産地とも出荷終盤を迎えたため収穫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。

・有機ルッコラ ⇒ 長く続いた寒波の影響による生育の遅れのため出荷量が不安定な状況です。少量・欠品となります。

・

・有機花豆 200g 休止 原料不足のため 。

・ﾁｮｺ・ﾗﾑ ﾌｨﾘﾝｸﾞ 100g 休止 季節終了のため 。

・・・ 今週の配布物 ・・・

・カタログ 214号(B)
・お届け情報(本紙)
・ご注文用紙 214w
・bioweekly 212w
・リマナチュラル
・たけのこ_213w～214w
・安間産業 ほっといてシリーズ
・ライブコットン オーガニックコットン
・おもちゃ箱 ナトラケア

・・・ 本日の野菜セット ・・・

多菜セット

有機	新たまねぎ約400g	長崎	吾妻旬菜	
有機	にんじん 約500g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	新じゃが芋約500g	鹿児島	かばた農園	
有機	白ねぎ 約300g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	キャベツ 1/2	鹿児島	鹿児島有機生産組合	変更
有機	ほうれん草 1束	大阪	成田ファーム	
有機	小松菜 1束	三重/和歌山	木村 貢 /ビオランド	
有機	ミニトマト 約80g	熊本	吉水農園	

いきいきセット

有機	長芋 約200g	岩手	みちのく有機共同農場	
有機	青ねぎ 約100g	高知	大地と自然の恵み	
有機	キャベツ 1/2	鹿児島	鹿児島有機生産組合	変更
有機	ほうれん草 1束	大阪	成田ファーム	
有機	ミニトマト 約80g	高知	大地と自然の恵み	
有機	クレソン 1パック	宮崎	甦る大地の会	
有機	バナナ 約300g	エクアドル	セリアマリア農園	
	平飼い卵 6個	和歌山	蒼生舎	

フルーティーセット

有機	白ねぎ 約300g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	キャベツ 1/2	鹿児島	鹿児島有機生産組合	変更
有機	ほうれん草 1束	大阪	成田ファーム	
有機	小松菜 1束	三重/和歌山	木村 貢 /ビオランド	
有機	ミニトマト 約80g	熊本	吉水農園	
有機	バナナ 約500g	エクアドル	セリアマリア農園	
有機	パール柑 約700g	熊本	肥後あゆみの会	

ゆうきだいすきセット

有機	にんじん 約300g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	新じゃが芋約300g	鹿児島	かばた農園	
有機	白ねぎ 約300g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	青ねぎ 約100g	高知	大地と自然の恵み	
有機	ほうれん草 1束	奈良	山口農園	
有機	水菜 1束	奈良	喜多 清文/横山秀夫	
有機	生姜 約 70g	高知	大地と自然の恵み	
有機	生椎茸(菌床)1P	岡山	浅野産業	
	ふじ 1個	青森	ナチュラル農業研究会	(防除23回)

基本野菜 セット

有機	白ねぎ 約300g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	キャベツ 1/2	鹿児島	鹿児島有機生産組合	変更
有機	ほうれん草 1束	大阪	成田ファーム	
有機	小松菜 1束	三重/和歌山	木村 貢 /ビオランド	
有機	ミニトマト 約80g	熊本	吉水農園	

※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】

・有機大根1/2個 ⇒ 有機キャベツ1/2個 (トウ立ちや傷みがみられるため。)

●●●野菜セット予想メニュー●●●

カタログNO. 213wお届け期間　3/21～3/25

多菜セット 【9996】¥2,808(冷蔵)	有機新たまねぎ約500g ・ 有機新じゃが芋約400g ・ 有機ごぼう約200g ・ 有機紅くるり ・ 有機サニーレタス ・ 有機水菜 ・ 有機クレソン ・ えのき
フルーティーセット 【9997】¥2,808(冷蔵)	有機紅くるり ・ 有機サニーレタス ・ 有機水菜 ・ 有機クレソン ・ えのき ・ ふじ(りんご)2個 ・ 有機甘夏約800g
基本野菜	有機紅くるり ・ 有機サニーレタス ・ 有機水菜 ・ 有機クレソン ・ えのき
いきいきセット 【9998】¥2,808(冷蔵)	有機ごぼう約200g ・ 有機白ねぎ ・ 有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ 有機生姜 ・ えのき ・ キウイフルーツ(国産)約200g ・ 平飼い卵6個
ゆうきだいすきセット 【9994】¥2,324(冷蔵)	有機新たまねぎ約300g ・ 有機長芋 ・ 有機サニーレタス又は、有機リーフレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機いんげん ・ 有機ベビーリーフ ・有機きくらげ ・ 有機バナナ300g

カタログNO. 214wお届け期間　3/28～4/1

多菜セット 【9996】¥2,808(冷蔵)	有機にんじん約500g ・ 有機新じゃが芋約400g ・ 有機長芋約200g ・ 有機小松菜 ・ 有機ニラ ・ 有機菊菜 ・ 有機ピーマン ・ しめじ
フルーティーセット 【9997】¥2,808(冷蔵)	有機小松菜 ・ 有機ニラ ・ 有機菊菜 ・ 有機ピーマン ・ しめじ ・ 有機キウイフルーツ約400g ・ 有機バナナ約500g
基本野菜	有機小松菜 ・ 有機ニラ ・ 有機菊菜 ・ 有機ピーマン ・ しめじ
いきいきセット 【9998】¥2,808(冷蔵)	有機にんじん約300g ・ 有機紅くるり ・ 有機リーフレタス ・ 有機ズッキーニ ・ 有機ミニトマト ・ 有機パセリ ・ 有機甘夏約500g ・ 平飼い卵6個
ゆうきだいすきセット 【9994】¥2,324(冷蔵)	有機にんじん約300g ・ 有機ごぼう約200g ・ 有機青葱 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ えのき ・ 有機きくらげ ・ 有機甘夏約500g

※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。

【パエリア】

※　ホットプレートで簡単！パエリア　♪

【材料】(3～4人分)

サフランひとつまみ ・ 水500ml ・ あさり(殻付き)150g ・ エビ(殻付き)8尾
いか(1cm輪切り)100g ・ 米300g ・ 玉ねぎ(みじん切り)100g
赤パプリカ(細切り)50g ・ アスパラガス(1/3に切る)3本 ・ 酒大さじ2
コンソメ(顆粒)大さじ1 ・ にんにく(みじん切り)1/2片 ・ オリーブオイル大さじ2
塩・こしょう少々

① サフランは500mℓの水に浸して色を出す。あさりは砂抜きしたあと、殻と殻をこすり合わせてよく洗う。

② 平プレートにオリーブオイルを敷き、LOWで熱し、にんにくを入れ加熱する。

③ 2.に香りが出てきたらあさり、エビを入れ、約5分加熱しお皿に取り出す。

④ 平プレートに玉ねぎを入れ、しんなりしてきたら、米を入れ、加熱する。米が半透明になってきたら、2.、酒、コンソメ、塩・こしょうを入れ、全体を平らにならす。

⑤ 7.の上に、5.、いか、赤パプリカ、アスパラガスを彩りよく並べ、フタをし、MEDで約15分加熱する。

⑥ 加熱終了後、OFFにし、フタをしたまま約5分蒸らす。