

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2日(月)

【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・有機ほうれん草 ⇒ 一部の産地でべと病や虫害が発生した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。
- ・有機水菜 ⇒ 畑にてとう立ちや黄変が見られる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。
- ・有機ズッキーニ ⇒ 雨天や曇天が続いているため生育不良を起こしております。入荷状況により少量・欠品となります。
- ・有機ミニトマト ⇒ 天候が悪く気温も低いため生育不良を起こしております。また、虫害の発生も見られるため出荷量が減少しております。
- ・有機ピーマン ⇒ 九州の産地では雨天、曇天が続いたため生育にばらつきが見られ出荷量が不安定な状況です。
- ・有機いんげん ⇒ 雨天や曇天が続いているため生育不良を起こしております。入荷状況により少量・欠品となります。
- ・チョコ・OGピターアーモンド 50g 休止 季節終了のため。

… 今週の配布物 …

- ・カタログ 221号(A)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 221w
- ・bioweekly 219w
- ・ロゴナ
- ・ベビー
- ・ナトラケア
- ・プロスペリティー 食品
- ・安間産業 ほっといてシリーズ
- ・ディオニー ワイン
- ・山織
- ・日仏貿易

… 本日の野菜セット …

多菜セット

いきいきセット

有機	にんじん 約400g	宮崎	オーガニックファームZERO		有機	青ねぎ 約100g	長野	塩尻有機研究会	
有機	長芋 約200g	岩手	みちのく有機共同農場		有機	レタス 1個	兵庫	うずしお	
有機	ごぼう 約200g	岩手	みちのく有機共同農場		有機	小松菜 1束	和歌山	ビオランド紀の川	
有機	青ねぎ 約100g	長野	塩尻有機研究会		有機	ニラ 約100g	高知	大地と自然の恵み	
有機	レタス 1個	兵庫	うずしお		有機	トマト(2L) 2個	熊本	肥後あゆみの会	
有機	ほうれん草 1束	長野	塩尻有機研究会	欠品	有機	パセリ 1束	高知	大地と自然の恵み	
有機	ニラ 約100g	高知	大地と自然の恵み		有機	グレープフルーツ 1個	熊本	肥後あゆみの会	
有機	トマト(M) 2個	熊本	肥後あゆみの会			平飼い卵 6個	和歌山	蒼生舎	

フルティータセット

ゆうきだいすきセット

有機	青ねぎ 約100g	長野	塩尻有機研究会		有機	リーフレタス 1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	レタス 1個	兵庫	うずしお		有機	ほうれん草 1束	奈良	山口農園	
有機	ほうれん草 1束	長野	塩尻有機研究会	欠品	有機	水菜 1束	奈良	山口農園	
有機	ニラ 約100g	高知	大地と自然の恵み		有機	トマト(L) 1個	熊本	肥後あゆみの会	
有機	トマト(M) 2個	熊本	肥後あゆみの会		有機	絹さや 約50g	和歌山	ビオランド	
有機	甘夏(柑橘)約500g	広島	中原観光農園		有機	そら豆 約300g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	河内晩柑 2個	熊本	肥後あゆみの会		有機	ベビーリーフ1パック	広島	寺岡有機農場	
有機	バナナ 約300g	エクアドル	セリアマリア農園			えのき 約100g	長野	よませASS	
					有機	河内晩柑 1個	熊本	肥後あゆみの会	

基本野菜 セット

有機	青ねぎ 約100g	長野	塩尻有機研究会		※きのご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。				
有機	レタス 1個	兵庫	うずしお						
有機	ほうれん草 1束	長野	塩尻有機研究会	欠品					
有機	ニラ 約100g	高知	大地と自然の恵み						
有機	トマト(M) 2個	熊本	肥後あゆみの会						

【本日の野菜セット変更】

- ・有機ほうれん草 ⇒ 欠品 (一部の産地でべと病や虫害が発生したため出荷量が不安定な状況です。)

●●●野菜セット予想メニュー●●●

カタログNO. 220wお届け期間 5/9～5/13

多菜セット	有機新たまねぎ約400g ・ 有機にんじん約500g ・ 有機長芋約200g ・ 有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ 有機ズッキーニ ・ 有機ピーマン ・ 有機そら豆約200g
【9996】¥2,808 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ 有機ズッキーニ ・ 有機ピーマン ・ 有機そら豆約200g ・ 有機バナナ約300g ・ 有機グレープフルーツ(国産)約700g
【9997】¥2,808 (冷蔵)	
基本野菜	有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ 有機ズッキーニ ・ 有機ピーマン ・ 有機そら豆約200g
いきいきセット	有機にんじん約300g ・ 有機ブロッコリー ・ 有機ほうれん草 ・ 有機水菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機ベビーリーフ ・ 有機バナナ約300g ・ 平飼い卵6個
【9998】¥2,808 (冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機にんじん約300g ・ 有機青葱 ・ 有機レタス ・ 有機小松菜 ・ 有機トマト(M)1個 ・ 有機ミニトマト ・ 有機ルッコラまたは、有機クレソン ・ 有機生椎茸(菌床) ・ 有機バナナ約300g
【9994】¥2,324 (冷蔵)	

カタログNO. 221wお届け期間 5/16～5/20

多菜セット	有機新たまねぎ約500g ・ 有機にんじん約500g ・ 有機ごぼう約200g ・ 有機キャベツ ・ 有機サニーレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機トマト(M) ・ 有機ルッコラ
【9996】¥2,808 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機キャベツ ・ 有機サニーレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機トマト(M) ・ 有機ルッコラ ・ 有機サンゴールドキウイ3個 ・ 河内晩柑(防1回)
【9997】¥2,808 (冷蔵)	
基本野菜	有機キャベツ ・ 有機サニーレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機トマト(M) ・ 有機ルッコラ
いきいきセット	有機新たまねぎ約300g ・ 有機サニーレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機サラダ菊菜 ・ 有機ズッキーニ ・ 有機トマト(S) ・ 有機甘夏約500g ・ 平飼い卵6個
【9998】¥2,808 (冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機新たまねぎ約300g ・ 有機サニーレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機ズッキーニ ・ 有機いんげん ・ 有機ベビーリーフ ・ 有機きくらげ ・ 有機甘夏2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。

【肉豆腐】

※ 肉豆腐 さっと炒めて煮込むだけ♪

【材料】(2人分)

豆腐(木綿)1丁(350g) ・ 肉 薄切り(豚でも牛でも)300g ・ 長ネギ1本
 ●水150ml ●醤油大さじ3 ●砂糖大さじ2 ●酒大さじ2 ●みりん大さじ2
 ●顆粒和風だし小さじ1 ・ サラダ油(炒め用)大さじ1

- ① 豆腐は水切りをし、横半分に切り、縦に3～4等分に切る♪
長ネギは斜めに切る♪肉は食べやすい大きさに切る♪
- ② ●の調味料は合わせておく♪
- ③ 鍋に油をひき、肉を炒める♪
- ④ 肉の色が変わったらねぎも加えて軽く炒め、●の調味料を入れて♪
- ⑤ 豆腐も加えて弱めの中火で5～10分ほど煮たら♪
- ⑥ 出来上がり*
(冷めるときに味が染みるので、一度冷まして、食べるときに再度温めると美味しい♪)

