

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

9月6日(火)

※ ゆめや(パン)お休みのお知らせ(登録商品も含まれます)
カタログNo.239にて、ゆめやさんがこの週のみお休みとなります。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 239号(C)
 - ・お届け情報(本紙)
 - ・ご注文用紙 239w
 - ・bioweekly 237w
 - ・ベビー
 - ・ナトラケア
 - ・プロスペリティ
 - ・アーク&エコ
 - ・ウィルマックス
 - ・安間産業
 - ・おもちゃ箱
 - ・マスダ
- 食品
洗濯&掃除
保存容器
ソーラー
ベビースムージー
ワイン
- ※今週のロゴナはお休みです。

【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・**有機キャベツ** ⇒ 猛暑と雨不足の影響で傷みが多く、また虫害の発生も見られるため収穫量が減少しております。少量・欠品となります。
- ・**有機レタス** ⇒ 生育初期の干ばつの影響で生育にばらつきがでており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** ⇒ 雨天が続いたため受粉不良で不稔果が多く、また傷みも出始めているため出荷量が不安定な状況です。少量・欠品となります。
- ・**有機ピーマン** ⇒ 九州の産地では天候不良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。
- ・**有機パクチー** ⇒ 猛暑の影響で生育不良を起こしており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。
- ・**有機玄米甘酒キャップ 230g 欠品** メーカー欠品のため9月末入荷予定。

... 本日の野菜セット ...

多菜セット

いきいきセット

有機	たまねぎ	約400g	北海道	生産センター百我		有機	れんこん	約200g	佐賀	マルハ園芸	
有機	じゃが芋	約500g	北海道	一心生産組合		有機	ブロッコリー	1個	北海道	リーフファーム	
有機	ごぼう	約200g	鹿児島	鹿児島有機生産組合		有機	ニラ	約100g	高知	大地と自然の恵み	
有機	小松菜	1束	島根	やさか共同農場		有機	カンコンサイ(空心菜)	1束	京都	すずめファーム	変更
有機	モロヘイヤ	1パック	滋賀	大中農友会		有機	ししとう	約50g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	変更
有機	トマト(M)	2個	熊本	肥後あゆみの会	変更	有機	生椎茸(菌床)	1パック	岡山	浅野産業	
有機	ししとう	約50g	鹿児島	鹿児島有機生産組合		有機	バナナ	約300g	エクアドル	セリアマリア農園	
有機	オクラ	1パック	鹿児島	鹿児島有機生産組合			平飼い卵	6個	岡山	永田 康二	

フルーティーセット

ゆうきだいすきセット

有機	小松菜	1束	島根	やさか共同農場		有機	たまねぎ	約300g	北海道	生産センター百我	
有機	モロヘイヤ	1パック	滋賀	大中農友会		有機	長芋	約200g	岩手	みちのく有機共同農場	
有機	トマト(M)	2個	熊本	肥後あゆみの会	変更	有機	ごぼう	約200g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	変更
有機	ししとう	約50g	鹿児島	鹿児島有機生産組合		有機	小松菜	1束	奈良	山口農園	
有機	オクラ	1パック	鹿児島	鹿児島有機生産組合		有機	オクラ	1パック	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	キウイフルーツ(NZ)	4個	ニュージーランド	セスプリ・インターナショナル		転換	にんにく	約50g	兵庫	七代目藤岡農場	
有機	バナナ	約500g	エクアドル	セリアマリア農園		有機	ルッコラ	約50g	島根	ぐりーんはーと	
						有機	または、ベビーリーフ	1パック	広島	寺岡有機農場	
						有機	きくらげ	約40g	岡山	浅野産業	
						有機	バナナ	約300g	エクアドル	セリアマリア農園	

基本野菜 セット

有機	小松菜	1束	島根	やさか共同農場		※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	モロヘイヤ	1パック	滋賀	大中農友会							
有機	トマト(M)	2個	熊本	肥後あゆみの会	変更						
有機	ししとう	約50g	鹿児島	鹿児島有機生産組合							
有機	オクラ	1パック	鹿児島	鹿児島有機生産組合							

【本日の野菜セット変更】

- ・**有機レタス1個** → **有機トマト(M)2個** (生育初期の干ばつの影響で生育にばらつきがあり、収量減のため。)
- ・**有機水菜1束** → **有機カンコンサイ(空心菜)1束** (虫害のため。)
- ・**有機ピーマン120g前後** → **有機ししとう50g前後** (九州の産地では天候不良のため出荷量が不安定な状況です。)
- ・**有機枝豆200g前後** → **有機ごぼう200g前後** (雑草の繁茂と、獣害により、減収のため。)

●●●野菜セット予想メニュー●●●

カタログNO. 238wお届け期間 9/12～9/16

多菜セット	有機たまねぎ約400g ・ 有機さつま芋約500g ・ 有機長芋約200g ・ 有機レタス ・ 有機小松菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機カラーピーマン ・ 有機生姜
【9996】¥2,808 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機レタス ・ 有機小松菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機カラーピーマン ・ 有機生姜 ・ 有機バナナ約500g ・ 豊水梨600g
【9997】¥2,808 (冷蔵)	
基本野菜	有機レタス ・ 有機小松菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機カラーピーマン ・ 有機生姜
いきいきセット	有機にんじん約400g ・ 有機つるむらさき ・ 有機ししとう ・ 有機オクラ ・ 有機にんにく ・ 有機ルッコラ ・ 豊水梨1個 ・ 平飼い卵6個
【9998】¥2,808 (冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機じゃが芋約300g ・ 有機レタス ・ 有機山ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機水菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機ピーマン ・ 有機生椎茸(菌床) ・ 豊水梨1個
【9994】¥2,324 (冷蔵)	

カタログNO. 239wお届け期間 9/19～9/23

多菜セット	有機たまねぎ約600g ・ 有機にんじん約500g ・ 有機じゃが芋約500g ・ 有機山ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機ピーマン ・ 有機にんにく ・ 有機きくらげ
【9996】¥2,808 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機山ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機ピーマン ・ 有機にんにく ・ 有機きくらげ ・ 有機キウイフルーツ(NZ)4個 ・ 有機種なし柿約500g
【9997】¥2,808 (冷蔵)	
基本野菜	有機山ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機ピーマン ・ 有機にんにく ・ 有機きくらげ
いきいきセット	有機じゃが芋約400g ・ 有機金時芋約300g ・ 有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ 有機カラーピーマン ・ 有機生姜 ・ 有機種なし柿約300g ・ 平飼い卵6個
【9998】¥2,808 (冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機赤たまねぎ約250g ・ 有機金時芋約300g ・ 有機ごぼう ・ 有機小松菜 ・ 有機カンコンサイ(空心菜) ・ 有機ズッキーニ ・ 有機ししとう ・ しめじ ・ 有機種なし柿約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。

【きんぴらごぼう】

※ 簡単分量！きんぴらごぼう ♪

【材料】(2人分)

ごぼう1/2本 ・ にんじん小1本(ごぼうと同量くらい) ・ ごま油大さじ1
 ※鷹の爪(輪切り)ほんのひとつまみ ☆酒大さじ2～ ・ ☆みりん大さじ1～ ・ ☆醤油大さじ3～
 ・ ☆和風だし小さじ1 ☆砂糖小さじ1～ ・ いりごま大さじ1～

- ① 人参ごぼうは、千切りにします。千切りにするので皮を剥かなくても気になりません！
- ② ごぼうはあくがあるため10分ほど水にさらします。長く水に浸していると栄養が溶け出してしまうそうなのでご注意ください！
- ③ ごま油(量を見て加減を!)をフライパンに引き、鷹の爪を入れてから加熱！
- ④ 輪切り済みの鷹の爪を使っていますが、食べ比べると種が残っているままの唐辛子はどんなに細かくしても辛いです。
- ⑤ 鷹の爪をいれてすぐにごぼうと人参をいれ、ある程度油が馴染んでしなっとするまで炒めます。(3～5分くらい)
- ⑥ 火がある程度通ったら、☆をいれて煮詰めます。
- ⑦ 汁気がなくなる前に味見をして、塩味が足りなければお醤油を、甘さが足りなければ砂糖を、少量ずつ足してください。
- ⑧ 汁気が8～9割飛んだら火を止めてフライパンに乗っけたまま覚めるまで待ちます！(冷ますことで味が締まります。)
- ⑨ 少し冷めたらいいのでいりごまをお好きなだけかけてください！(少し指で捻り潰しながら入れるとごまの香ばしさがでます！)

