

# 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7日(水)

※ 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。

### 【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。
- ・有機パセリ ⇒ 高温と干ばつ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。
- ・ピオーネ(種あり) ⇒ 過熟果が多くなり傷みもみられるため当初の見込みより早めの終了となります。
- ・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。
- ・有機ヘンプパウダー 180G ⇒ 終了 規格変更のため。
- ・有機水ようかんこし 100g\*6 休止 季節終了のため。

... 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  
ソーデー  
ベビースムージー  
ワイン
- ※今週のロゴナはお休みです。

## ... 本日の野菜セット ...

### 多菜セット

有機	たまねぎ 約400g	北海道	生産センター百我	
有機	じゃが芋 約500g	長野	高坂農園	
有機	ごぼう 約200g	宮崎	鹿児島有機生産組合	
有機	小松菜 1束	島根	やさか共同農場	
有機	モロヘイヤ 1パック	滋賀	大中農友会	
有機	トマト(2S) 3個	長野	吉沢 文隆	変更
有機	ししとう 約50g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
転換	オクラ 1パック	和歌山	shimobo farm	

### いきいきセット

有機	れんこん 約200g	佐賀	マルハ園芸	
有機	ブロッコリー 1個	北海道	リーフファーム	
有機	ニラ 約100g	高知	大地と自然の恵み	
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	ピーマン 約120g	岡山	永田 康二	
有機	生椎茸(菌床)1パック	岐阜	和良農産	
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	山梨	黒富士農場	

### フルーティーセット

有機	小松菜 1束	島根	やさか共同農場	
有機	モロヘイヤ 1パック	滋賀	大中農友会	
有機	トマト(2S) 3個	長野	吉沢 文隆	変更
有機	ししとう 約50g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
転換	オクラ 1パック	和歌山	shimobo farm	
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	
有機	バナナ 約500g	エクアドル	セリアマリア農園	

### ゆうきだいすきセット

有機	たまねぎ 約300g	北海道	生産センター百我	
有機	長芋 約200g	岩手	みちのく有機共同農場	
有機	パプリカ 1個	佐賀	アビオスファーム	変更
有機	小松菜 1束	島根	やさか共同農場	
転換	オクラ 1パック	和歌山	shimobo farm	
転換	にんにく 約50g	岩手	みちのく有機共同農場	
有機	ルッコラ 約50g	島根	やさか共同農場	
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	
有機	モロヘイヤ 1パック	滋賀	大中農友会	
有機	トマト(2S) 3個	長野	吉沢 文隆	変更
有機	ししとう 約50g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
転換	オクラ 1パック	和歌山	shimobo farm	

※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。

### 【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バラつきがあり、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。)
- ・有機枝豆200g前後 → 有機パプリカ 1個 (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 ・ 有機さつまいも約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！)

