

12月5日(月)

【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・有機白ねぎ ⇒ 気温の低下により生育が遅れが見られます。
- ・有機サニーレタス ⇒ 気温低下により品質不良があり、収穫量減少のため入荷状況により少量・欠品となります。
- ・有機水菜 ⇒ 気温低下により生長不良となり、収穫量減少のため。
- ・有機ミニトマト ⇒ 気温の低下により色づきに遅れがでております。
- ・有機ピーマン ⇒ 気温の低下により生育が遅れが見られます。入荷状況により少量・欠品となります。
- ・有機いんげん ⇒ 天候不良による運送便(船)の欠航のため明日以降は予定通り入荷の予定です。
- ・どんこ椎茸(原木) ⇒ 例年よりも気温が高く雨も少なかったため笠が開いて丸くならず規格外のものが多くっております。
- ・国産有機ホーランドマルゴト400g 休止 原料不足のため。
- ・有機牛リブローズ スキヤキ ⇒ 部位不足の為。欠品になります。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 252号(D)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 252w
- ・bioweekly 250w

... 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	青森	十和田生産組合	有機	ごぼう 約200g	青森	あおもり南部有機生産組合
有機	里芋 約400g	熊本	吉水農園	有機	小松菜 1束	和歌山	バイオランド
有機	れんこん 約200g	熊本	福島 正明	有機	菊菜 1束	三重	木村 貢 変更
有機	大根 1/2本	滋賀	垣見農園	有機	ズッキーニ 1本	熊本	肥後あゆみの会 変更
有機	リーフレタス 1個	長野	高坂農園	有機	青じそ 10枚	愛媛	生々農園
有機	ほうれん草 1束	奈良	山口農園	有機	ベビーリーフ1パック	広島	寺岡有機農場
有機	小松菜 1束	和歌山	バイオランド	有機	えのき 約100g	長野	よませASS
有機	チンゲン菜 1袋	奈良	山口農園/喜多 清文	有機	みかん 約500g	和歌山	松弥園
					平飼い卵 6個	山梨	黒富士農場

フルーティーセット

ゆうきだいすきセット

有機	大根 1/2本	滋賀	垣見農園	有機	じゃが芋 約300g	北海道	ちいむれグロリア農園	
有機	リーフレタス 1個	長野	高坂農園	有機	ごぼう 約200g	青森	あおもり南部有機生産組合	
有機	ほうれん草 1束	奈良	山口農園	有機	青葱 約100g	島根	ぐりーんはーと	
有機	小松菜 1束	和歌山	バイオランド	有機	白菜 1/4個	宮崎	野口オーガニックファーム	
有機	チンゲン菜 1袋	奈良	山口農園/喜多 清文	有機	小松菜 1束	和歌山	バイオランド紀の川	
	ふじ 2個	長野	よませASS	(防除18回)	有機	チンゲン菜 1袋	和歌山	バイオランド
有機	みかん 約600g	和歌山	松弥園	有機	オレンジカリフラワー1個	和歌山	shimobou farm 変更	
				有機	生姜 約70g	高知	大地と自然の恵み	
				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	大根 1/2本	滋賀	垣見農園	※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。
有機	リーフレタス 1個	長野	高坂農園	変更
有機	ほうれん草 1束	奈良	山口農園	
有機	小松菜 1束	和歌山	バイオランド	
有機	チンゲン菜 1袋	奈良	山口農園/喜多 清文	

【本日の野菜セット変更】

- ・有機ピーマン150g前後 ⇒ 有機リーフレタス1個(寒さにより、生育が遅れているため。)
- ・有機白ねぎ300g前後 ⇒ 有機菊菜1束(寒さにより、生育が遅れているため。また、一部傷みがみられるため。)
- ・有機青じそ10枚 ⇒ 追加(変更に伴う、価格調整のため。)
- ・有機水菜1束 ⇒ 有機ズッキーニ(気温低下により生長不良となり、収穫量減少のため。)
- ・有機いんげん ⇒ 有機オレンジカリフラワー1個(天候不良による運送便(船)の欠航のため。)

●●●野菜セット予想メニュー●●●

カタログNO. 251wお届け期間 12/12~12/16

多菜セット	有機たまねぎ約600g・有機長芋約200g・有機ごぼう約200g・有機青葱・有機白菜1/2
【9996】¥2,980(冷蔵)	・有機ブロッコリー・有機ほうれん草・有機水菜
フルーティーセット	有機青葱・有機白菜1/2・有機ブロッコリー・有機ほうれん草・有機水菜・有機キウイフルーツ(国産)約400g・有機バナナ約300g・有機みかん約300g
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機青葱・有機白菜1/2・有機ブロッコリー・有機ほうれん草・有機水菜
いきいきセット	有機れんこん約200g・有機大根・有機小松菜・有機ニラ・有機南瓜1/4・有機いんげん・王林(りんご)1個・平飼い卵6個
【9998】¥2,980(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機赤たまねぎ約500g・有機にんじん約300g・有機小かぶ・有機小松菜・有機ニラ
【9994】¥2,490(冷蔵)	・有機菊菜・有機南瓜1/4・えのき・有機みかん約300g

カタログNO. 252wお届け期間 12/19~12/23

多菜セット	有機たまねぎ約600g・有機にんじん約500g・有機さつま芋約500g・有機大根1本・有機キャベツ1/2個・有機オレンジカリフラワー・有機小松菜・有機南瓜1/4個
【9996】¥2,980(冷蔵)	
フルーティーセット	有機大根1本・有機キャベツ1/2個・有機オレンジカリフラワー・有機小松菜・有機南瓜1/4個・王林2個・有機みかん約700g
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機大根1本・有機キャベツ1/2個・有機オレンジカリフラワー・有機小松菜・有機南瓜1/4個
いきいきセット	有機にんじん約400g・有機青葱・有機小かぶ・有機ミニ白菜・有機オレンジカリフラワー・有機チンゲン菜・ふじ1個・平飼い卵6個
【9998】¥2,980(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機たまねぎ約300g・有機さつま芋約300g・有機長芋約200g・有機大根1/2本・有機ほうれん草・有機水菜・有機いんげん50g・有機生椎茸(菌床)1パック・ふじ1個
【9994】¥2,490(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。

【オレンジカリフラワー】

オレンジカリフラワーとベーコンのオイマヨ卵炒め♪

【材料】(2~3人分)

オレンジカリフラワー300g・ベーコン40g・たまご2個・オイスターソース大さじ1・マヨネーズ小さじ2・鶏がらスープの素ふたつまみ・黒こしょう少々・サラダ油適量

- ①カリフラワーは小房にわけて柔らかく茹でる
ベーコンは1cm幅に切る
- ②フライパンに油を入れて熱し、溶き卵を入れる
大きくかき混ぜ、柔らかめの炒り卵を作り、いったん取り出す
- ③ベーコンを入れて軽く炒め、カリフラワーを加える
調味料を入れて絡め、2を戻し入れてひと混ぜする

生のままサラダやピクルスに
シンプルに味わうならやっぱりサラダ。クセがないので和風の漬物や洋風のピクルスにしても美味しい。

※オレンジカリフラワーは一般的なカリフラワーに比べアクが少ないので、生食に向いています。茹でてでも美味しい。加熱しても色が変わらないどころか、さらに鮮やかさが増すので、はっきりとした色がほしいときには火を通すのがおすすめ

