

12月27日(火)



今年一年間のご愛顧ありがとうございました。

★ 来年もよろしくお願ひ致します。

【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・有機ラディッシュ ⇒ 寒波の影響で生育が遅れが見られます。
- ・有機小かぶ ⇒ 寒波の影響で生育が遅れが見られます。
- ・有機パセリ ⇒ 虫害(アブラムシ)の発生のため出荷量が減少しております。少量・欠品となります。
- ・有機塩ミニトマト ⇒ 寒波と日照の不足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。
- ・有機ブラウンマッシュルーム ⇒ 荷物の遅延のため少量・欠品となりました。
- ・生わさび ⇒ 春先に鹿の食害を受けたことにより例年に比べて規格外の小さいものが多く収穫量の回復も見られないため今季は終了となりました。
- ・オラッフェクリームシチュー ⇒ 欠品 メーカー欠品のため2月上旬頃入荷予定。
- ・オラッフェお子様カレー ⇒ 欠品 メーカー欠品のため1月下旬頃入荷予定。



... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 303号(D)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 303w
- ・bioweekly 253w
- ・リマナチュラル
- ・恵方巻
- ・ウィルマックス
- ・みそノート:B4/303w~309w

※年明けの配送は、1/5(木)のカタログ301からになります。月・火・水の会員様は、初回配達1/9からカタログ302でご注文下さい。

多菜セット

いきいきセット

有機	にんじん 約500g	熊本	吉水農園	有機	安納芋 約600g	長崎	アグリコーポレーション
有機	じゃが芋 約600g	北海道	ちいむれグロリア農園	有機	里芋 約300g	熊本	吉水農園
有機	れんこん 約200g	佐賀	マルハ園芸	有機	大根 1本	滋賀	垣見農園
有機	青葱 約100g	高知	大地と自然の恵み	有機	キャベツ 1/2個	熊本	モエ・アグリファーム
有機	白菜 1/2個	熊本	モエ・アグリファーム	有機	リーフレタス 1個	熊本	尾里 勇一
有機	小松菜 1束	島根	やさか共同農場	有機	ニラ 約100g	高知	大地と自然の恵み
有機	水菜 1束	奈良	山口農園	有機	みかん 約500g	和歌山	松本農園
有機	生椎茸(菌床)1パック	岡山	浅野産業		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	青葱 約100g	高知	大地と自然の恵み	有機	にんじん 約300g	熊本	吉水農園	
有機	白菜 1/2個	熊本	モエ・アグリファーム	有機	安納芋 約600g	長崎	アグリコーポレーション	
有機	小松菜 1束	島根	やさか共同農場	有機	または金時芋約600g	香川	さぬき有機生産組合	
有機	水菜 1束	奈良	山口農園	有機	青葱 約100g	和歌山	ビオランド	
有機	生椎茸(菌床)1パック	岡山	浅野産業	有機	白菜 1/4個	熊本	モエ・アグリファーム	
有機	キウイフルーツ2個	山梨	フルーツグローリア澤登	有機	里芋 約300g	熊本	吉水農園	
有機	バナナ 約300g	フィリピン	ジブランオーガニックファーム	有機	ほうれん草 1束	和歌山	ビオランド紀の川	
	ふじ 2個	長野	よませASS	(防除18回)	有機	小松菜 1束	島根	やさか共同農場
					有機	オレンジカリフラワー1個	和歌山	shimobou farm
						ふじ 2個	長野	よませASS(防除18回)

基本野菜 セット

有機	青葱 約100g	高知	大地と自然の恵み	※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	白菜 1/2個	熊本	モエ・アグリファーム				
有機	小松菜 1束	島根	やさか共同農場				
有機	水菜 1束	奈良	山口農園				
有機	生椎茸(菌床)1パック	岡山	浅野産業				

【本日の野菜セット変更】

- ・有機水菜1束 ⇒ 有機ニラ100g前後(寒さにより生育が遅れているため。)
- ・有機南瓜1/4個 ⇒ 有機ほうれん草1束(傷みがみられるため。)
- ・王林1個 ⇒ ふじ1個(荷物の遅延のため少量・欠品となりました。)

# ●●●野菜セット予想メニュー●●●

## カタログNO. 302wお届け期間 1/9~1/13

多菜セット	有機たまねぎ約500g ・ 有機じゃが芋約700g ・ 有機ごぼう約200g ・ 有機ミニ白菜 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機ミニトマト ・ えのき
【9996】¥2,980 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機ミニ白菜 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機ミニトマト ・ えのき ・ 有機バナナ約500g ・ ふじ(防除18回)1個 ・ 有機スイートスプリング約500g
【9997】¥2,980 (冷蔵)	
基本野菜	有機ミニ白菜 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機ミニトマト ・ えのき
いきいきセット	有機じゃが芋約300g ・ 有機長芋約200g ・ 有機青葱 ・ 有機ブロッコリー ・ 有機小松菜 ・ えのき ・ 有機はっさく2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 ・ 有機にんじん約300g ・ 有機里芋約300g ・ 有機九条葱 ・ 有機ブロッコリー ・ 有機チンゲン1袋 ・ 有機生姜 ・ 有機生椎茸(菌床) ・ 有機バナナ約300g
【9994】¥2,490 (冷蔵)	

## カタログNO. 303wお届け期間 1/16~1/20

多菜セット	有機たまねぎ約500g ・ 有機里芋約400g ・ 有機長芋約200g ・ 有機青葱 ・ 有機小かぶ ・ 有機リーフレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機生姜
【9996】¥2,980 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機青葱 ・ 有機小かぶ ・ 有機リーフレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機生姜 ・ 有機キウイフルーツ(国産)3個 ・ ふじ(防除18回)1個 ・ 有機はっさく約600g
【9997】¥2,980 (冷蔵)	
基本野菜	有機青葱 ・ 有機小かぶ ・ 有機リーフレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機生姜
いきいきセット	有機にんじん約400g ・ 有機大根 ・ 有機白菜1/2 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機キウイフルーツ(国産)2個 ・ 平飼い卵6個
【9998】¥2,980 (冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機じゃが芋約300g ・ 有機さつまいも約300g ・ 有機青葱 ・ 有機大根 ・ 有機ミニ白菜 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機水菜 ・ 有機いんげん ・ ふじ(防除18回)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。

### 【かき玉うどん】



### 生姜でポカポカ。かき玉うどん。♪

#### 【材料】(2人分)

- 冷凍うどん2玉 ○溶き卵2個分
- ◎白だし(ヤマキの割烹白だし使用)大さじ1と小さじ2
- ◎醤油小さじ2 ◎みりん小さじ2 ◎塩少々
- 水溶き片栗粉
- 片栗粉小さじ2 ●水小さじ2
- 生姜2かけ→すりおろす ○三つ葉適量

① 冷凍うどんは、電子レンジで解凍し、水でしめて水気を切っておく。

② 鍋に水600mlの湯を沸かし、◎を入れ一煮立ちさせたら、弱火にして水溶き片栗粉を回し入れて混ぜる。

③ とろみがついたら、強火にし、ぷくぷく煮立っているところに溶き卵を少しずつ回し入れる。たまごがふんわり浮き上がってきたら火を止める。器に入れたうどんにかけて、生姜と三つ葉をのせる。

※ うどんは消化の良い麺類なので、胃に優しい献立にぴったりの主食です。

※ かきたまうどんは、溶き卵と片栗粉でとろみをつけた白だしのつけつゆなので、冷めにくく熱いままツルツルと食べられます。