

1月5日(木)



明けまして、おめでとうございます。

【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・有機小かぶ ⇒ 寒波の影響で生育に遅れが見られます。入荷状況により少量・欠品となります。
- ・有機小松菜 ⇒ 寒波の影響で生育に遅れが見られます。入荷状況により少量・欠品となります。
- ・有機いんげん ⇒ 曇天や雨天が続いたため生育不良を起こしており収穫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。
- ・有機南瓜 ⇒ 出荷検品時に傷みが多く見られた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。
- ・オラチェクリームシチュウ 115g*2 欠品 メーカー欠品のため 2月上旬頃入荷予定。
- ・ミートファクトリーの肉類・ハム・ソーセージ類はメーカー休業の為、本日のお届けはありません。来週からのお届けになります

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 号()
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙
- ・bioweekly 301w

... 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600g | 北海道 | 野澤伸行 | | 有機 | にんじん 約400g | 岡山 | 吉備路オーガニックワーク | |
| 有機 | にんじん 約500g | 岡山 | 吉備路オーガニックワーク | | 有機 | さつまいも 約300g | 宮崎 | 鹿児島有機生産組合 | |
| 有機 | 長芋 約200g | 青森 | みちのく有機共同農場 | | 有機 | 長芋 約200g | 青森 | みちのく有機共同農場 | 変更 |
| 有機 | 里芋 約300g | 熊本 | 吉水農園 | | 有機 | 赤かぶ 約500g | 滋賀 | 大中農友会 | |
| 有機 | 青葱 約100g | 三重 | 木村 貢 | | 有機 | 白菜 1/4個 | 熊本 | モエ・アグリファーム | |
| 有機 | 大根 1本 | 長崎 | 夢有民農場 | | 有機 | オレンジカリフラワー1個 | 和歌山 | shimobou farm | 変更 |
| 有機 | 南瓜 1/4個 | 熊本 | 肥後あゆみの会 | | 有機 | バナナ 約300g | エックアドル | プリエイト農園 | |
| 有機 | オレンジカリフラワー1個 | 和歌山 | shimobou farm | 変更 | | 平飼い卵 6個 | 和歌山 | 蒼生舎 | |
| 有機 | 紅くるり 1本 | 香川 | さぬき有機生産組合 | サービス | 有機 | れんこん 約200g | 佐賀 | マルハ園芸 | サービス |

フルーティーセット

ゆうきだいすきセット

| | | | | | | | | | |
|----|--------------|-----|---------------|---------|----|------------|-----|--------------|------|
| 有機 | 里芋 約300g | 熊本 | 吉水農園 | | 有機 | にんじん 約400g | 岡山 | 吉備路オーガニックワーク | 変更 |
| 有機 | 青葱 約100g | 三重 | 木村 貢 | | 有機 | じゃが芋 約300g | 北海道 | 一心生産組合 | |
| 有機 | 大根 1本 | 長崎 | 夢有民農場 | | 有機 | トマト 2個 | 熊本 | 肥後あゆみの会 | 変更 |
| 有機 | 南瓜 1/4個 | 熊本 | 肥後あゆみの会 | | 有機 | 大根 1/2本 | 長崎 | 吾妻旬菜 | |
| 有機 | オレンジカリフラワー1個 | 和歌山 | shimobou farm | 変更 | 有機 | 白菜 1/4個 | 熊本 | モエ・アグリファーム | |
| 有機 | 紅くるり 1本 | 香川 | さぬき有機生産組合 | サービス | 有機 | チンゲン菜 1袋 | 奈良 | 喜多 清文 | 変更 |
| | 王林 2個 | 青森 | ナチュラル農業研究会 | (防除22回) | 有機 | ニラ 約100g | 高知 | 大地と自然の恵み | |
| 有機 | みかん 約700g | 熊本 | さかもとふる一つ | | | えのき 約100g | 長野 | よませASS | |
| | | | | | 有機 | みかん 約300g | 和歌山 | 松弥園 | |
| | | | | | 有機 | 水菜 1束 | 奈良 | 喜多 清文 | サービス |

基本野菜 セット

| | | | | | | | | | |
|----|--------------|-----|---------------|------|---|--|--|--|--|
| 有機 | 里芋 約300g | 熊本 | 吉水農園 | | ※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 | 青葱 約100g | 三重 | 木村 貢 | | | | | | |
| 有機 | 大根 1本 | 長崎 | 夢有民農場 | | | | | | |
| 有機 | 南瓜 1/4個 | 熊本 | 肥後あゆみの会 | | | | | | |
| 有機 | オレンジカリフラワー1個 | 和歌山 | shimobou farm | 変更 | | | | | |
| 有機 | 紅くるり 1本 | 香川 | さぬき有機生産組合 | サービス | | | | | |

【本日の野菜セット変更】

- ・有機いんげん70g ⇒ 有機オレンジカリフラワー1個 (曇天や雨天が続いたため生育不良を起こして収穫量が減少しております。)
- ・有機南瓜1/2 ⇒ 有機長芋200g (出荷検品時に傷みが多く見られたため出荷量が減少しております。)
- ・有機ごぼう ⇒ 有機トマト2個 (雪や雨により収穫が遅れております。)
- ・有機小松菜 ⇒ 有機チンゲン菜 (寒波の影響で生育に遅れが見られます。)
- ・有機キャベツ1/2 ⇒ 有機人参400g (寒波の影響で生育に遅れが見られます。)

●●●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 1/16～1/120

| | |
|-------------------|---|
| 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。

