

**1月17日(火)**

**【本日の野菜・加工品欠品情報】**

- ・有機白菜 ⇒ 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。
- ・有機キャベツ ⇒ 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。
- ・有機ミニトマト ⇒ 寒波の影響で色づきに遅れがでております。少量・欠品となります。
- ・有機チンゲン菜 ⇒ 寒波の影響で生育に遅れが見られます。
- ・有機ほうれん草 ⇒ 寒波の影響で生育に遅れが見られます。
- ・有機ニラ ⇒ 寒波の影響で生育に遅れが見られます。
- ・有機百姓もち・甘エビ300g 終了 数量限定販売のため。
- ・詰替お肌幸せハンドソープ 300ml 欠品 在庫不足のため 本日出荷予定。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 305号(B)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 305w
- ・bioweekly 303w
- ・リマナチュラル 化粧品
- ・アーク&エコ ブルーディ
- ・エコワン 防災
- ・クアントバスタ ミズマモル
- ・おもちゃg箱 ソネットバレンタイン
- ・ハート 寝具
- ・プロスベリティ

... **本日の野菜セット** ...

**多菜セット**

**いきいきセット**

転換	たまねぎ 約500g	北海道	きたみらい農業協同組合		有機	にんじん 約400g	岡山	吉備路オーガニックワーク	
有機	里芋 約400g	福岡	オーガニックパパ		有機	大根 1本	長崎	吾妻旬菜	
有機	長芋 約200g	青森	あおもり南部有機生産組合		有機	白菜 1/2個	宮崎	野口オーガニックファーム	
有機	青葱 約100g	高知	大地と自然の恵み		有機	トマト 2個	熊本	肥後あゆみの会	変更
有機	ブロッコリー 1個	兵庫	うずしお	変更	有機	ブロッコリー 1個	兵庫	うずしお	変更
有機	サニーレタス 1個	宮崎	綾町農業協同組合	変更	有機	葉切り小かぶ約400g	滋賀	垣見農園	変更
有機	小松菜 1束	大坂	原田ファーム		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	生姜 約100g	長崎	夢有民農場			平飼い卵 6個	福井	テトテヲ	
					有機	赤かぶ 約500g	滋賀	大中農友会	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	青葱 約100g	高知	大地と自然の恵み		有機	じゃが芋 約300g	北海道	生産センター百我	
有機	ブロッコリー 1個	兵庫	うずしお	変更	有機	さつまいも 約300g	宮崎	鹿児島有機生産組合	
有機	サニーレタス 1個	宮崎	綾町農業協同組合	変更	有機	青葱 約100g	島根	ぐりーんはーと	
有機	小松菜 1束	大坂	原田ファーム		有機	大根(S) 1本	長崎	吾妻旬菜	
有機	生姜 約100g	長崎	夢有民農場		有機	ミニ白菜 1個	宮崎	鹿児島有機生産組合	
有機	キウイフルーツ3個	山梨	フルーツグローリア澤登		有機	ほうれん草 1束	三重	木村 貢	
	ふじ 1個	青森	ナチュラル農業研究会 (防除22回)		有機	水菜 1束	奈良	山口農園	
有機	はっさく 約600g	和歌山	福田 英友己		有機	いんげん 約50g	鹿児島	池田農園	
						ふじ 1個	青森	ナチュラル農業研究会 (防除22回)	
					有機	トマト(S) 1パック	熊本	肥後あゆみの会	

**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	ブロッコリー 1個	兵庫	うずしお	変更					
有機	サニーレタス 1個	宮崎	綾町農業協同組合	変更					
有機	小松菜 1束	大坂	原田ファーム						
有機	生姜 約100g	長崎	夢有民農場						

**【本日の野菜セット変更】**

- ・有機リーフレタス ⇒ 有機サニーレタス (寒波の影響で生育に遅れが見られます。)
- ・有機小かぶ ⇒ 有機ブロッコリー (寒波の影響で葉に傷みや変色が見られるため出荷量が減少しております。)
- ・有機チンゲン菜 ⇒ 有機葉切り小かぶ約400g (有機チンゲン菜 寒波の影響で生育に遅れが見られます。)
- ・有機ほうれん草 ⇒ 有機トマト(M)2個 (寒波の影響で生育に遅れが見られます。)
- ・有機ニラ ⇒ 有機ブロッコリー (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. 304wお届け期間 1/23~1/27

多菜セット	有機にんじん約500g・有機じゃが芋約500g・有機さつま芋約500g・有機大根1/2・有機ほうれん草・有機ニラ・有機水菜・有機いんげん
【9996】¥2,980(冷蔵)	
フルーティーセット	有機大根1/2・有機ほうれん草・有機ニラ・有機水菜・有機いんげん・有機バナナ約500g・有機ポンカン約800g
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機大根1/2・有機ほうれん草・有機ニラ・有機水菜・有機いんげん
いきいきセット	有機さつま芋約300g・有機里芋約300g・有機紅くるり・有機水菜・有機菜の花・有機ミニトマト・ふじ(防除18回)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・有機にんじん約300g・有機サニーレタス・有機セロリ・有機ほうれん草・有機ミニトマト・有機にんにく・有機きくらげ・有機バナナ約300g
【9994】¥2,490(冷蔵)	

## カタログNO. 305wお届け期間 1/30~2/3

多菜セット	有機たまねぎ約500g・有機にんじん約600g・有機長芋約200g・有機白菜1/2・有機菜の花・有機チンゲン菜・有機クレソン・有機生椎茸(菌床)
【9996】¥2,980(冷蔵)	
フルーティーセット	有機白菜1/2・有機菜の花・有機チンゲン菜・有機クレソン・有機生椎茸(菌床)・有機バナナ約500g・王林2個・有機甘夏1個
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機白菜1/2・有機菜の花・有機チンゲン菜・有機クレソン・有機生椎茸(菌床)
いきいきセット	有機にんじん約400g・有機ごぼう・有機九条葱・有機白菜1/2・有機ほうれん草・有機いんげん・有機バナナ約300g・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・有機里芋約300g・有機ごぼう・有機大根・有機白菜1/4・有機小松菜・有機水菜・えのき・有機ポンカン
【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。

### 簡単！とろとろ九条ネギの親子丼 ♪

#### 【九条ネギの親子丼】



#### 【材料】

鶏もも肉200~250g・九条ネギ3~4本・卵4個  
 ★水150cc ★顆粒だし5g ★みりん大さじ2 ★しょうゆ大さじ2 ★砂糖大さじ1/2  
 片栗粉小さじ2・ごはんお好みで

- ① ネギは洗って斜めにざっくり、鶏肉は一口大に切っておきます。
- ② 卵は片栗粉を入れてよくかき混ぜておきます。
- ③ ★を、フライパンに入れて煮たさせます。
- ④ 鶏肉を入れ、8割くらい煮えたら、灰汁をすくって、
- ⑤ 九条ネギを入れ、鶏肉が完全に煮えたら、
- ⑥ 卵を回して入れて、全体的に卵が固まってきたら出来上がりです。

※ お店のようなトロトロ親子丼を作りたかったので、片栗粉を入れました。  
 火加減をあまり気にしなくてもとろとろの親子丼になります。