

4月10日(月)

【本日の野菜・加工品欠品情報】

・**有機キャベツ** ⇒ 生育期の気温が高く前倒しでの収穫出荷となったため現在出荷量が減少しております。欠品となります。
 ・**有機ブロッコリー** ⇒ 気温が高いため黄変などが多くな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。
 ・**有機スナップエンドウ** ⇒ 九州の産地ではさび病が発生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。
 ・**有機ピーマン** ⇒ 九州の産地では畑の切り替わりに入っ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。
 ・**有機ミニトマト** ⇒ 気温が高いため過熟果が多くな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。
 ・**有機サニーレタス** ⇒ 気温上昇による傷みがみられるため出荷量が不安定な状況です。入荷状況により少量・欠品となります。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 317号(B)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 317w
- ・bioweekly 315w
- ・登録チラシ
- ・ゼンケン 浄水器
- ・アーク&エコ 炭草花
- ・ミトク ベビー
- ・安間産業 消耗品
- ・ライブコットン オーガニックコットン
- ・マスタ ワイン
- ・スパホスピタリティー アロマ

... **本日の野菜セット** ...

多菜セット

いきいきセット

| | | | | | | | | |
|----|------------|-----|----------------|----|------------|-----|--------------|----|
| 有機 | 新たまねぎ約500g | 熊本 | 大矢野有機農産物供給センター | 有機 | にんじん 約300g | 鹿児島 | 鹿児島有機生産組合 | |
| 有機 | にんじん 約500g | 鹿児島 | 鹿児島有機生産組合 | 有機 | 長芋 約200g | 青森 | あおもり南部有機生産組合 | |
| 有機 | じゃが芋 約600g | 北海道 | 一戸農場 | 有機 | 小松菜 1束 | 和歌山 | バイオランド | |
| 有機 | ほうれん草 1束 | 奈良 | 山口農園 | 有機 | 水菜 1束 | 兵庫 | 五島農園 | 変更 |
| 有機 | 小松菜 1束 | 和歌山 | バイオランド | 有機 | 青葱 約100g | 和歌山 | バイオランド | 変更 |
| 有機 | 絹さや 約70g | 和歌山 | バイオランド | 有機 | ベビーリーフ1パック | 広島 | 寺岡有機農場 | |
| 有機 | クレソン 1パック | 宮崎 | 甦る大地の会 | 有機 | 甘夏 2個 | 広島 | 中原観光農園 | |
| | えのき 約100g | 長野 | よませASS | | 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 | ほうれん草 1束 | 奈良 | 山口農園 | 有機 | 新たまねぎ約300g | 熊本 | 大矢野有機農産物供給センター | |
| 有機 | 小松菜 1束 | 和歌山 | バイオランド | 有機 | じゃが芋 約300g | 北海道 | 一戸農場 | 変更 |
| 有機 | 絹さや 約70g | 和歌山 | バイオランド | 有機 | ほうれん草 1束 | 島根 | やさか共同農場 | |
| 有機 | クレソン 1パック | 宮崎 | 甦る大地の会 | 有機 | 小松菜 1束 | 和歌山 | バイオランド | |
| | えのき 約100g | 長野 | よませASS | 有機 | いんげん 約50g | 鹿児島 | 池田農園 | |
| 有機 | バナナ 約500g | エクアドル | セリアマリア農園 | 有機 | パセリ 1束 | 高知 | 大地と自然の恵み | |
| 有機 | グレープフルーツ 2個 | 熊本 | 肥後あゆみの会 | 有機 | レタスマックス 約40g | 広島 | 寺岡有機農場 | |
| | | | | | しめじ 約150g | 和歌山 | 日高きのごセンター | |
| | | | | 有機 | キウイフルーツ3個 | 和歌山 | 紀ノ川有機農業組合 | 変更 |

基本野菜 セット

| | | | | | | | | | |
|----|-----------|-----|--------|---|--|--|--|--|----|
| 有機 | ほうれん草 1束 | 奈良 | 山口農園 | ※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 | 小松菜 1束 | 和歌山 | バイオランド | | | | | | |
| 有機 | 絹さや 約70g | 和歌山 | バイオランド | | | | | | 変更 |
| 有機 | クレソン 1パック | 宮崎 | 甦る大地の会 | | | | | | |
| | えのき 約100g | 長野 | よませASS | | | | | | |

【本日の野菜セット変更】
 ・有機スナップえんどう70g ⇒ 有機絹さや70g(サビ病がみられるため。)
 ・有機ミニトマト80g ⇒ 有機水菜(気温が高く、過熟で出荷できなくなったものが多くみられるため。)
 ・有機ピーマン80g ⇒ 有機青葱100g(九州の産地では畑の切り替わりに入ったため出荷量が減少しております。)
 ・有機新じゃが芋300g ⇒ 有機じゃが芋300g(傷みがみられるため)
 ・国産有機グレープフルーツ1個 ⇒ 有機キウイフルーツ3個(1月末の寒波による低温障害で傷みが多くみられるため。)

●●●野菜セット予想メニュー●●●

カタログNo. 316wお届け期間 4/17~4/21

| | |
|------------------|---|
| 多菜セット | 有機新たまねぎ約500g ・ 有機新じゃが芋約400g ・ 有機長芋約200g ・ 有機小松菜 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機絹さや ・ 有機生椎茸(菌床) |
| 【9996】¥2,980(冷蔵) | |
| フルーティーセット | 有機小松菜 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機絹さや ・ 有機生椎茸(菌床) ・ 有機バナナ約500g ・ 河内晩柑約800g |
| 【9997】¥2,980(冷蔵) | |
| 基本野菜 | 有機小松菜 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機ミニトマト ・ 有機絹さや ・ 有機生椎茸(菌床) |
| いきいきセット | 有機新たまねぎ約300g ・ 有機ほうれん草 ・ 有機いんげん ・ 有機にんにく ・ 有機ルッコラ ・ しめじ ・ 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 | 有機にんじん約300g ・ 有機青葱 ・ 有機大根1/2 ・ 有機サニーレタス ・ 有機ズッキーニ ・ 有機ミニトマト ・ 有機ピーマン ・ えのき ・ 有機バナナ約300g |
| 【9994】¥2,490(冷蔵) | |

カタログNo. 317wお届け期間 4/24~4/28

| | |
|------------------|--|
| 多菜セット | 有機新たまねぎ約500g ・ 有機にんじん約400g ・ 有機長芋約200g ・ 有機青葱 ・ 有機大根1/2 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ズッキーニ ・ 有機いんげん ・ 有機ベビーリーフ |
| 【9996】¥2,980(冷蔵) | |
| フルーティーセット | 有機青葱 ・ 有機大根1/2 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ズッキーニ ・ 有機いんげん ・ 有機ベビーリーフ ・ 有機バナナ約500g ・ 有機甘夏約1.2kg |
| 【9997】¥2,980(冷蔵) | |
| 基本野菜 | 有機青葱 ・ 有機大根1/2 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ズッキーニ ・ 有機いんげん ・ 有機ベビーリーフ |
| いきいきセット | 有機青葱 ・ 有機大根1/2 ・ 有機サニーレタス ・ 有機小松菜 ・ 有機トマト(L)2個 ・ 有機レタスマックス ・ 河内晩柑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500g ・ 有機長芋約200g ・ 有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ 有機トマト(M)1個 ・ 有機サラダ菊菜または、有機ルッコラ ・ 有機いんげん ・ 有機生姜 ・ 河内晩柑2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。

【豚こま肉とナスとしめじのオイスター炒め】

※ 豚こま肉とナスとしめじのオイスター炒め ♪

【材料】

ナス(100g)1本 ・ しめじ70g ・ 豚こま切れ肉100g
 (A)塩ふたつまみ ・ (A)黒こしょう少々 ・ (A)片栗粉小さじ1 ・ ごま油大さじ1
 調味料
 オイスターソース大さじ1 ・ しょうゆ大さじ1/2 ・ 砂糖小さじ1 ・ 仕上げ白いりごま



① ナスのヘタを取り、7mm幅の半月切りにします。しめじは石づきを切り落とし、ほぐします。

② 豚こま切れ肉に(A)をまぶして全体に絡めます。

③ フライパンにごま油を中火で熱し、2を炒めます。火が通ったら1を入れて火が通るまで炒めます。

④ ③に調味料を加えて中火で炒め、全体に味が馴染んだら火からおろします。

⑤ ④を器に盛り、白いりごまをかけて出来上がりです。

※ オイスターソースをベースにしたあまじょっぱい味付けと、香ばしいごまの香りで、ごはんのお供にもぴったりです。♪