

6月20日(火)

【本日の野菜・加工品欠品情報】

・**有機ピーツ** ⇒ 雨天・曇天が続いたため生育が遅れが見られます。少量・欠品となります。
 ・**有機モロヘイヤ** ⇒ 雨天が続いたため生育が遅れが見られます。少量・欠品となります。
 ・**有機なす** ⇒ 雨天・曇天が続いたため生育が遅れが見られます。少量・欠品となります。
 ・**有機とうもろこし** ⇒ 雨天が続いたため生育が遅れが見られます。少量・欠品となります。
 ・**有機ヤングコーン** ⇒ 雨天が続いたため生育が遅れが見られます。欠品となります。
 ・**有機ルッコラ** ⇒ 出荷検品時に傷みが見られたため少量・欠品となりました。
 ・**タカメロン** ⇒ 気温が上がり過熟果が多くなったため出荷量が減少しております。少量・欠品となります。
 ・**ちりめん** ⇒ 漁が遅れており、まだ原料のしらすが上がっていないため、やむなく全欠品となります。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 327号(D)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 327
- ・bioweekly 325w
- ・リマナチュラル
- ・アールエッチエス
- ・エコワン
- ・安間産業
- ・おもちゃ箱(スパイス・ナトラケア)
- ・プロスベリティ

... **本日の野菜セット** ...

多彩セット

いきいきセット

有機	たまねぎ 約500g	長崎	吾妻旬菜	有機	じゃが芋 約400g	熊本	吉水農園
有機	にんじん 約500g	熊本	モエ・アグリファーム	有機	レタス 1個	長野	高坂農園
有機	じゃが芋 約500g	熊本	吉水農園	有機	ブロッコリー 1個	長野	塩尻有機研究会
有機	キャベツ 1/2個	長野	吉沢 文隆	有機	ほうれん草 1束	島根	やさか共同農場
有機	小松菜 1束	島根	やさか共同農場	有機	新にんにく約50g	鹿児島	福留果樹園
有機	ニラ 約100g	高知	大地と自然の恵み	有機	ルッコラ 約50g	島根	ぐりーんはーと
有機	トマト(2S) 4個	熊本	肥後あゆみの会	有機	キウイフルーツ2個	ニュージーランド	セスプリ・インターナショナル
有機	枝豆 約200g	和歌山	バイオランド		平飼い卵 6個	和歌山	蒼生舎

フルーティーセット

ゆうきだいすきセット

有機	キャベツ 1/2個	長野	吉沢 文隆	有機	キャベツ 1/2個	長野	塩尻有機研究会
有機	小松菜 1束	島根	やさか共同農場	有機	ブロッコリー 1個	長野	塩尻有機研究会
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	トマト(2S) 4個	熊本	肥後あゆみの会	有機	トマト(2L) 2個	熊本	肥後あゆみの会
有機	枝豆 約200g	和歌山	バイオランド	有機	ミニトマト 約80g	熊本	肥後あゆみの会
有機	キウイフルーツ5個	ニュージーランド	セスプリ・インターナショナル	有機	枝豆 約200g	和歌山	バイオランド
有機	バナナ 約500g	エクアドル	セリアマリア農園	有機	ベビーリーフ1パック	広島	寺岡有機農場
				有機	生椎茸(菌床)1パック	岡山	浅野産業
				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	キャベツ 1/2個	長野	吉沢 文隆	※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	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	トマト(2S) 4個	熊本	肥後あゆみの会				
有機	枝豆 約200g	和歌山	バイオランド				

【本日の野菜セット変更】

・**有機モロヘイヤ** ⇒ **有機トマト(2L)2個** (雨天が続いたため生育が遅れが見られます。)

●●●野菜セット予想メニュー●●●

カタログNo. 326wお届け期間 6/26～6/30

多菜セット	有機にんじん約400g・有機じゃが芋約500g・有機ごぼう約200g・有機サニーレタス・有機ブロッコリー・有機ほうれん草・有機水菜・有機いんげん
【9996】¥2,980(冷蔵)	
フルーティーセット	有機サニーレタス・有機ブロッコリー・有機ほうれん草・有機水菜・有機いんげん・有機サンゴールドキウイ3個・有機バナナ約500g
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機サニーレタス・有機ブロッコリー・有機ほうれん草・有機水菜・有機いんげん
いきいきセット	有機にんじん約300g・有機サニーレタス・有機小松菜・有機トマト(2S)2個・有機オクラ・有機枝豆・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	有機たまねぎ約300g・有機レタス・有機ほうれん草・有機小松菜・有機サラダ南瓜・有機ズッキーニ・有機いんげん・新にんにく・有機サンゴールドキウイ2個
【9994】¥2,490(冷蔵)	

カタログNo. 327wお届け期間 7/3～7/07

多菜セット	有機たまねぎ約500g・有機じゃが芋約500g・有機長芋約200g・有機レタス・有機小松菜・有機モロヘイヤ・有機ズッキーニ・有機ミニトマト
【9996】¥2,980(冷蔵)	
フルーティーセット	有機レタス・有機小松菜・有機モロヘイヤ・有機ズッキーニ・有機ミニトマト・有機キウイフルーツ(NZ)5個・有機バナナ約500g
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機レタス・有機小松菜・有機モロヘイヤ・有機ズッキーニ・有機ミニトマト
いきいきセット	有機たまねぎ約300g・有機キャベツ・有機小松菜・有機ニラ・有機水菜・有機ズッキーニ・有機サンゴールドキウイ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・有機キャベツ・有機サニーレタス・有機小松菜・有機ニラ・有機きゅうり・有機トマト(L)1個・有機とうもろこし・有機バナナ約300g
【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。

【豆腐ときのこの簡単煮】

※ 麺つゆで☆豆腐ときのこの簡単煮 ♪

【材料】(2人前)

豆腐1丁(300g)・えのき、しめじ、舞茸など合わせて200g
 ☆麺つゆ(濃縮)大さじ2
 ☆水1カップ(200ml)・塩少々・片栗粉(+水)小さじ1(+小さじ1)

- ① しめじ、舞茸は手でほぐし、えのき、豆腐は食べやすい大きさに切ります。片栗粉を水で溶いておきます(水溶き片栗粉)。
- ② 鍋に☆を入れ、沸騰したら具を入れ、再度沸騰したら弱～中火で、5～6分煮たら味を見て塩を少々します。
- ③ 水溶き片栗粉を加え、混ぜて、つやが出たら完成です。お好みで刻んだ薬味を乗せて下さい。

コツ・ポイント

えのき+他のきのこ何種類かを合わせるのがおすすめです。(えのき100g、しめじ、舞茸各50gで作りました)片栗粉で薄くとろみをつけます。

