

**7月20日(木)**

**【本日の野菜・加工品欠品情報】**

・**有機大長なす** ⇒ 天候不良のため当初の見込みより肥大が進んでおらず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。  
 ・**有機ブロッコリー** ⇒ 高温と雨の影響により花蕾の傷みや変形が増えてお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。  
 ・**有機カラーピーマン** ⇒ 雨による病気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。8月いっぱい是不安定な出荷状況となります。  
 ・**有機小玉すいか** ⇒ 雨天が続き水分を多く含んでしまったことによる割れが生じており出荷量が減少しております。  
 ・**桃** ⇒ 収穫前の圃場がカラスの大群の被害を受けたため出荷不可となりました。欠品となります。次の圃場の収穫は次週半ば頃となります。  
 ・**有機枝豆** ⇒ 虫害が多く見られるため出荷量が減少しております。少量・欠品となります。  
 ・**有機水菜** ⇒ 島根県の産地では大雨の影響を受け品質不良や生長不良により出荷量が大幅に減少しております。少量・欠品となります。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 331号(D)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 331
- ・bioweekly 329w
- ・リマナチュラル 化粧品
- ・プロスベリティ 食品
- ・山織 リネン寝具
- ・ライブコットン PRISTINE オーガニックコットン
- ・おもちゃ箱 ベビースムージ
- ・デオニー ワイン
- ・アムリターラ コスメ

... **本日の野菜セット** ...

**多彩セット**

**いきいきセット**

有機	赤たまねぎ約400g	兵庫	うずしお		有機	つるむらさき 1束	大阪	原田ふあーむ	
有機	ごぼう 約200g	鹿児島	鹿児島有機生産組合		有機	モロヘイヤ 1束	滋賀	垣見農園	
有機	南瓜 1/2個	宮崎	霧島オーガニック		有機	きゅうり 約200g	長野	吉沢 文隆	
有機	カンコンサイ(空心菜)1束	京都	すずめファーム		有機	南瓜(S) 1個	宮崎	霧島オーガニック	
有機	ピーマン 約150g	大分	さんさん農園		有機	ピーマン 約120g	兵庫	タチワキゆとり農園	
有機	オクラ 1パック	和歌山	バイオランド紀の川			えのき 約100g	長野	よませASS	
有機	きゅうり 約300g	愛知	野菜の城	変更		すもも 約200g	山梨	勝沼平有機果実組合	(防除8回)
有機	ベビーリーフ 1パック	広島	寺岡有機農場			平飼い卵 6個	和歌山	蒼生舎	
有機	トマト(3S) 2個	熊本	肥後あゆみの会	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	カンコンサイ(空心菜)1束	京都	すずめファーム		有機	赤たまねぎ約300g	兵庫	うずしお	
有機	ピーマン 約150g	大分	さんさん農園		有機	レタス 1個	長野	塩尻有機研究会	
有機	オクラ 1パック	和歌山	バイオランド紀の川		有機	とうもろこし 1本	滋賀	垣見農園	変更
有機	きゅうり 約300g	愛知	野菜の城	変更	有機	モロヘイヤ 1束	滋賀	垣見農園	
有機	ベビーリーフ 1パック	広島	寺岡有機農場		有機	トマト(M) 1個	大阪	原田ふあーむ	
有機	トマト(3S) 2個	熊本	肥後あゆみの会	サービス	有機	パプリカ(黄) 1個	佐賀	アビオスファーム	変更
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	はたは、ピーマン 約120g	兵庫	タチワキゆとり農園	変更
有機	バナナ 約500g	エクアドル	セリアマリア農園		有機	ニラ 約100g	高知	大地と自然の恵み	変更
					有機	キクラゲ 約40g	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	カンコンサイ(空心菜)1束	京都	すずめファーム		※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	ピーマン 約150g	大分	さんさん農園						
有機	オクラ 1パック	和歌山	バイオランド紀の川						
有機	きゅうり 約300g	愛知	野菜の城	変更					
有機	ベビーリーフ 1パック	広島	寺岡有機農場						
有機	トマト(3S) 2個	熊本	肥後あゆみの会	サービス					

**【本日の野菜セット変更】**

- ・有機枝豆200g前後 ⇒ 有機きゅうり300g前後 (虫害のため。)
- ・有機水菜1束 ⇒ 有機とうもろこし (大雨の影響を受け品質不良や生長不良により出荷量が減少しております。)
- ・有機カラーピーマン約80g ⇒ 有機ピーマン120gまたは、有機パプリカ(黄) (雨天続きで病気が発生しているため。)
- ・有機枝豆200g前後 ⇒ 有機ニラ (虫害のため。)

# ●●●野菜セット予想メニュー●●●

## カタログNo. 330wお届け期間 7/24~7/28

多菜セット	有機たまねぎ約700g・有機にんじん約300g・有機じゃが芋約500g・有機サニーレタス・有機小松菜・有機ズッキーニ・有機トマト(M)2個・有機ししとう
【9996】¥2,980(冷蔵)	
フルーティーセット	有機サニーレタス・有機小松菜・有機ズッキーニ・有機トマト(M)2個・有機ししとう・有機バナナ約300g・すもも約500g
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機サニーレタス・有機小松菜・有機ズッキーニ・有機トマト(M)2個・有機ししとう
いきいきセット	有機赤たまねぎ約300g・有機サニーレタス・有機小松菜・有機ニラ・有機ズッキーニ・有機ミニトマト・有機青じそ・有機キウイフルーツ(NZ)2個・平飼い卵6個
【9998】¥2,980(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機小松菜・有機ニラ・有機きゅうり約200g・有機南瓜1/4・有機パプリカ・有機にんにく・有機ベビーリーフ・有機生椎茸(菌床)・すもも約200g
【9994】¥2,490(冷蔵)	

## カタログNo. 331wお届け期間 7/31~8/4

多菜セット	有機たまねぎ約600g・有機じゃが芋約400g・有機ごぼう約200g・有機ニラ・有機カンコンサイ(空心菜)・有機モロヘイヤ・有機きゅうり・有機ピーマン
【9996】¥2,980(冷蔵)	
フルーティーセット	有機ニラ・有機カンコンサイ(空心菜)・有機モロヘイヤ・有機きゅうり・有機ピーマン・有機キウイフルーツ(NZ)2個・デラウェア約300g
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機ニラ・有機カンコンサイ(空心菜)・有機モロヘイヤ・有機きゅうり・有機ピーマン
いきいきセット	有機ごぼう約200g・有機レタス・有機小松菜・有機きゅうり・有機トマト(M)2個・有機ピーマン・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	有機ごぼう約200g・有機サニーレタス・有機小松菜・有機モロヘイヤ・有機ズッキーニ・有機ししとう・有機オクラ・しめじ・有機サンゴールドキウイ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。

### 【カレーうどん】

### ※ 超簡単カレーうどん ♪

【材料】(1人分)

豚コマ肉80g・玉ねぎ大半玉・冷凍うどん1玉・だしつゆ60cc・水330cc  
 カレー粉小さじ1.5・水溶き片栗粉適量・ネギ適量

- ① 豚コマ肉は一口大、玉ねぎは5mm厚に切り揃えます。
- ② 鍋にだしつゆ、水を入れて火にかけ、沸騰したらカレー粉を入れてよく混ぜます。
- ③ 豚コマと玉ねぎを加え、弱中火で約3分煮込みます。
- ④ 玉ねぎが透き通ってきたらうどんを加えます。冷凍うどんは一気に温度を下げるので火を強め、沸騰してきたら弱中火で約2分。
- ⑤ 最後に片栗粉でとろみをつけて丼に盛り付け、ネギを散らして出来上がり。

#### コツ・ポイント

冷凍うどんのストックさえあれば、ちょっと一時間で手軽にお店の味が簡単に作れます。

