

**10月12日(木)**

**【本日の野菜・加工品欠品情報】**

・**有機にんじん** ⇒ 収穫するも不安定な状況のためにお届けがご注文通りにできない状況が続きます。ご注文をいただいているのにもかかわらず、お届けができず誠に申し訳ございません。  
 ・**有機大根** ⇒ 生育期に気温が高かったため規格外のものが多くなっており出荷量が減少しております。少量・欠品となります。  
 ・**有機オクラ** ⇒ 朝晩の気温が大きく下がったため生育不良を起こしております。少量・欠品となります。  
 ・**有機ししとう** ⇒ 気温低下による生育不良の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。  
 ・**有機いんげん** ⇒ 朝晩の気温が大きく下がったため生育不良を起こしております。入荷状況により少量・欠品となります。  
 ・**シャインマスカット** ⇒ 脱粒や傷みが見られるため現在出荷を見合わせております。欠品となります。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 343号(D)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 343
- ・bioweekly 341w
- ・リマナチュラル 化粧品
- ・山織 寝具、キッチン用品
- ・アムリターラ サプリメント
- ・安間産業 キッチン用品、掃除用品

... **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	北海道	UNO ORGANIC FARM		有機	じゃが芋 約300g	北海道	一戸農場	
有機	金時芋 約400g	香川	さぬき有機生産組合	変更	有機	ほうれん草 1束	三重	木村 貢	
有機	ごぼう 約200g	宮崎	綾町農業協同組合		有機	モロコいんげん約150g	長野	高坂農園	
有機	水菜 1束	島根	ぐりーんはーと		有機	枝豆 約200g	島根	やさか共同農場	
有機	菊菜 1束	奈良	山口農園		有機	生姜 約70g	高知	大地と自然の恵み	
有機	南瓜 1/4個	北海道	小野寺 淳二			紅玉 1個	長野	よませASS	(防除17回)
有機	枝豆 約200g	島根	やさか共同農場		有機	種なし柿 約300g	和歌山	かつらぎ町有機栽培実践グループ	変更
	生椎茸(原木)約100g	大阪	門田 隆夫			平飼い卵 6個	島根	たなべたたらの里	
	または、しめじ約150g	和歌山	日高きのごセンター						

**フルーティーセット**

**ゆうきだいすきセット**

有機	水菜 1束	島根	ぐりーんはーと		有機	たまねぎ 約300g	北海道	UNO ORGANIC FARM	
有機	菊菜 1束	奈良	山口農園		転換	れんこん 約200g	佐賀	マルハ園芸	
有機	南瓜 1/4個	北海道	小野寺 淳二		有機	ほうれん草 1束	三重	木村 貢	
有機	枝豆 約200g	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	
	生椎茸(原木)約100g	大阪	門田 隆夫		有機	ズッキーニ 1本	熊本	肥後あゆみの会	変更
	または、しめじ約150g	和歌山	日高きのごセンター		有機	南瓜 1/4個	北海道	小野寺 淳二	変更
	紅玉 2個	長野	よませASS	(防除17回)	転換	にんにく 約50g	兵庫	七代目藤岡農場	
有機	種なし柿 約500g	和歌山	かつらぎ町有機栽培実践グループ		有機	キクラゲ 約40g	岡山	浅野産業	
					有機	種なし柿 約300g	和歌山	かつらぎ町有機栽培実践グループ	

**基本野菜 セット**

有機	水菜 1束	島根	ぐりーんはーと		※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	菊菜 1束	奈良	山口農園						
有機	南瓜 1/4個	北海道	小野寺 淳二						
有機	枝豆 約200g	島根	やさか共同農場						
	生椎茸(原木)約100g	大阪	門田 隆夫						
	または、しめじ約150g	和歌山	日高きのごセンター						

**【本日の野菜セット変更】**

- ・有機里芋約400g → 有機金時芋約400g (傷みの選別などで産地からの入荷が遅れているため出荷量が減少しております。)
- ・有機生椎茸(菌床)1パックまたはしめじ150g前後 ⇒ 生椎茸(原木)100g前後またはしめじ150g前後 (傷みがみられるため。)
- ・有機かぼす2個 → 有機種なし柿約600g (出荷検品時に品質不良が見られたため出荷量が減少しております。)
- ・有機オクラ → 有機ズッキーニ1本 (朝晩の気温が大きく下がったため生育不良を起こしております。)
- ・有機いんげん → 有機南瓜1/4個 (朝晩の気温が大きく下がったため生育不良を起こしております。)

**●●●野菜セット予想メニュー●●●**  
**カタログNo. 342wお届け期間 10/16～10/20**

多菜セット	有機たまねぎ約500g・有機じゃが芋約500g・有機れんこん約200g・有機ほうれん草・有機小松菜・有機オクラ・有機モロッコいんげん・えのき
【9996】¥2,980(冷蔵)	
フルーティーセット	有機ほうれん草・有機小松菜・有機オクラ・有機モロッコいんげん・えのき・有機バナナ約500g・シナノスイート(りんご)1個・有機みかん約500g
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機ほうれん草・有機小松菜・有機オクラ・有機モロッコいんげん・えのき
いきいきセット	有機レタス・有機小松菜・有機サラダ菊菜・有機南瓜1/2・有機いんげん・有機生椎茸(菌床)・有機みかん約300g・平飼い卵6個
【9998】¥2,980(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機さつま芋約300g・有機レタスまたは、有機サニーレタス・有機小松菜・有機南瓜1/2・有機ピーマン・有機黒豆枝豆・有機青じそ(生々農園)・生椎茸(原木)または、しめじ・紅玉1個
【9994】¥2,490(冷蔵)	

**カタログNo. 343wお届け期間 10/23～10/27**

多菜セット	有機たまねぎ約400g・有機さつま芋約500g・有機ごぼう約200g・有機レタス・有機ブロッコリー・有機小松菜・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	有機レタス・有機ブロッコリー・有機小松菜・有機いんげん・有機ベビーリーフ・千秋2個・有機みかん約700g
【9997】¥2,980(冷蔵)	
基本野菜	有機レタス・有機ブロッコリー・有機小松菜・有機いんげん・有機ベビーリーフ
いきいきセット	有機じゃが芋(レッドムーン)500g・有機小松菜・有機ニラ・有機オクラ・有機黒豆枝豆・有機ルッコラ・新高(梨)1個・平飼い卵6個
【9998】¥2,980(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機じゃが芋(レッドムーン)約500g・有機ごぼう・有機白菜1/4個・有機ブロッコリー・有機ほうれん草・有機小松菜・有機菊菜または、有機サラダ菊菜・えのき・有機みかん約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。セット不要の際は、「予約セット=0」とご記入ください。

**【豚・れんこん炒め】**

**※ 簡単！ 豚・れんこん炒め♪**

**【材料】**

レンコン200～300g・豚ハラミ(タレ漬け込みのもの)適量・ごま油大さじ2  
 ★料理酒大さじ1 ★みりん大さじ1 ★しょうゆ大さじ2 ★水大さじ2 ★砂糖大さじ2

- ① レンコンを好きな大きさに切る。豚ハラミは小さく切る。
- ② フライパンにごま油を入れて先に豚ハラミを炒める。豚ハラミに火が通ったらレンコンを入れて炒める。
- ③ ★の調味料を入れて、味が馴染むまで炒めたら出来上がり。

ポイント 大人は、お好みで鷹の爪を入れると美味しいです。砂糖は三温糖を使いました。ピリ辛だけど、まろやかになりました。仕上げに白ごまかけるのを忘れたので、かけるのがオススメです。

※ 夕飯のおかず・お弁当のおかず・お酒のおつまみに最適！タレ漬け込みの豚ハラミを使ったので調味料の量は控えめにしました。

