

1月22日(月)

**【本日の野菜・加工品欠品情報】**

- ・有機青葱 ⇒ 低温による生育不良が見られます。
- ・有機ミニ白菜 ⇒ 虫害の発生と低温による生育不良が見られます。
- ・有機ルッコラ ⇒ 低温による生育不良が見られます。
- ・日高昆布 85g 終了 ⇒ メーカー廃業のため。
- ・有機百姓もち・甘えび 300g(6個) / 有機百姓もち・昆布 300g(6個) ⇒ 終了 季節終了のため。
- ・OGグルテンフリーオーツ麦ミルク 1L ⇒ 終了 取り扱い見直しのため 407wより 「OGオーツリンググルテンフリー1000ML」をご発注ください

**■「有機生椎茸(菌床)200gパック」のお届けについて**

本日の有機生椎茸(菌床)200gパックは、予定していた大分産のものが気温の低下により収穫量が減少してしまったため、産地を変更してお届けさせていただきました。何卒ご了承ください。

【産地】大分:親茸 ⇒ 岡山:浅野産業”

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 406号(B)
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 406
- ・bioweekly 404w
- ・リマナチュラル
- ・みそノート(B4サイズ)
- ・クアントパスタ : プロテイン定期
- ・ミトク食品 : ベビースムージ
- ・日仏貿易 : アルチェネロ
- ・マスタ : ワイン

... 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	北海道	野澤伸行		有機	たまねぎ 約300g	北海道	UNO ORGANIC FARM	
有機	じゃが芋 約400g	北海道	大雪を囲む会		有機	白ねぎ 約300g	長野	高坂農園	変更
有機	さつまいも 約300g	鹿児島	鹿児島有機生産組合		有機	紅くるり 1本	香川	さぬき有機生産組合	
有機	キャベツ 1個	鳥取	大山ナチュラルファーム	変更	有機	ミニ白菜 1個	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	ほうれん草 1束	愛知	野菜の城		有機	小松菜 1束	三重	木村 貢	
有機	水菜 1束	奈良	山口農園		有機	いんげん 約70g	鹿児島	池田農園	
有機	いんげん 約70g	鹿児島	池田農園			王林 1個	青森	ナチュラル農業研究会	(防除23回)
有機	にんにく 約50g	岩手	みちのく有機共同組合			平飼い卵 6個	島根	たなべたたらの里	

**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個	鳥取	大山ナチュラルファーム	変更	有機	じゃが芋 約300g	北海道	大雪を囲む会	
有機	ほうれん草 1束	愛知	野菜の城		有機	大根 1/2本	滋賀	垣見農園	
有機	水菜 1束	奈良	山口農園		有機	キャベツ 1/2個	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	いんげん 約70g	鹿児島	池田農園		有機	サニーフレタス1個	宮崎	綾町農業協同組合	
有機	にんにく 約50g	岩手	みちのく有機共同組合		有機	セロリ 1パック	福岡	鳥越農園	変更
有機	キウイ 約400g	山梨	フルーツグローリア澤登		有機	ほうれん草 1束	大阪	原田ファーム	
有機	バナナ 約300g	エクアドル	セリアマリア農園		有機	水菜 1束	奈良	喜多 清文	
	王林 1個	青森	ナチュラル農業研究会	(防除23回)	有機	クレソン 1束	宮崎	甞る大地の会	
					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個	鳥取	大山ナチュラルファーム	変更	※きこの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	ほうれん草 1束	愛知	野菜の城						
有機	水菜 1束	奈良	山口農園						
有機	いんげん 約70g	鹿児島	池田農園						
有機	にんにく 約50g	岩手	みちのく有機共同組合						

**【本日の野菜セット変更】**

- ・有機ミニ白菜1個 → 有機キャベツ1個 (虫害や低温による生長不良のため)
- ・有機青葱100g前後 → 有機白ねぎ300g前後 (低温による生長不良のため)
- ・有機青葱100g前後 → 有機セロリ1パック(80g前後) (低温による生長不良のため)

・・・ 本日の野菜セット ・・・

カタログNo. 405wお届け期間 1/29～2/2

多菜セット	有機にんじん約500g ・ 有機じゃが芋約500g ・ 有機長芋約200g ・ 有機九条葱 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機サニーレタス ・ 有機セロリ ・ 有機小松菜 ・ えのき
【9996】¥2,980 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機九条葱 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機サニーレタス ・ 有機セロリ ・ 有機小松菜 ・ えのき ・ 有機バナナ約500g ・ ふじ(防除17回)1個 ・ 有機ポンカン約500g
【9997】¥2,980 (冷蔵)	
基本野菜	有機九条葱 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機サニーレタス ・ 有機セロリ ・ 有機小松菜 ・ えのき
いきいきセット	有機にんじん約300g ・ 有機ブロッコリー ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ピーマン約80g ・ 有機ベビーリーフ ・ しめじ ・ ふじ(防除17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 ・ 有機里芋約300g ・ 有機白菜1/4 ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ピーマン約80g ・ 有機いんげん約80g ・ 有機青じそ(生々農園) ・ 有機キクラゲ約40g ・ 王林(防除23回)1個
【9994】¥2,490 (冷蔵)	

カタログNo. 406wお届け期間 2/5～2/9

多菜セット	有機たまねぎ約500g ・ 有機にんじん約500g ・ 有機さつま芋約400g ・ 有機白ねぎ ・ 有機紅くるり ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機クレソン
【9996】¥2,980 (冷蔵)	
フルーティーセット	有機白ねぎ ・ 有機紅くるり ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機クレソン ・ 有機バナナ約300g ・ ふじ(防除17回)3個
【9997】¥2,980 (冷蔵)	
基本野菜	有機白ねぎ ・ 有機紅くるり ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機クレソン
いきいきセット	有機白ねぎ ・ 有機大根 ・ 有機リーフレタス ・ 有機ほうれん草 ・ 有機小松菜 ・ 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	有機にんじん約250g ・ 有機さつま芋約300g ・ 有機九条葱 ・ 有機キャベツ1/2 ・ 有機小松菜 ・ 有機ピーマン ・ 有機生姜 ・ しめじ ・ ふじ(防除17回)1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。

【豚肉と葉にんにくのかんたん味噌汁】

※ 豚肉と葉にんにくのかんたん味噌汁 ♪

【材料】(1人分)



水適量 ・ みそ約大さじ1弱 ・ ごま油適量 ・ 豚肉適量 ・ 葉にんにく適量  
 酒小さじ1 ・ しょうゆ小さじ1 ・ みりん小さじ1 ・ 七味唐辛子適量

- ① 材料を好みの大きさに切る。フライパンを火にかけて温まったらごま油をひき、豚肉を入れる。
- ② 豚肉の表面に焦げ目をつける。葉にんにくを入れる。葉にんにくの表面に焦げ目をつける
- ③ お椀1杯分の水を入れる。葉にんにくを好みの柔らかさになるまで煮る。
- ④ みそ、酒、しょうゆ、みりんを入れて、みそを溶かす。ひと煮立ちさせる
- ⑤ 仕上げに七味唐辛子をふる

※ ガツン！とにんにく香る豚肉と葉にんにくの味噌汁！豚肉やみりんできくと程よい甘みにピリッと七味唐辛子が決めて！