

たべくら農園だより

寒かった今年の春。その影響で枯れたり生育の遅れた野菜も多く波乱のシーズン幕開けでしたが、何とか乗り越え、間もなく夏を迎えようとしています。毎年5月は晴れ間が多く、内陸県の信州では特にカラカラに乾燥した日が続きます。先週梅雨入りし、植物や農家にとってはほっと一安心といった季節となりました。

今の時期は春野菜と夏野菜の切り替え時期です。気温の上昇とともに野菜の生育は急速に進み、急いで穫らないとあっという間に適期を逃してしまいます。たべくら農園ではセット野菜の内容を、おおよそ2週間毎に変えるようにしていますが、この時期は2週間と同じ内容でいることが難しくちょこちょこラインナップが変わるかもしれません。特に葉物野菜は適期が短く、収穫が始まったと思ったら5日後には既に穫り遅れ状態で、虫が増えてしまったり、硬くなってしまふなんてことも多くあります。

夏野菜が始まるといよいよ短い信州の夏が来た！となんだかワクワクします。そろそろミニトマトも穫れそうです。どんどん変わる箱の中身の野菜たち、どうぞお楽しみに。



梅雨時期は1年1度の玉ねぎ収穫時期です

今回のお届け内容

2019.6.17 - 6.30

※見た目難あり等のB級品が入る場合は
出来る限り増量サービスしてお届けしています



- カブ : 虫の多い季節となり、状態の悪い葉は切り落としてます、ごめんなさい
- 大根（短径） : 四賀の土の特性で辛みが出やすいため、苦手なら生の時は皮をむいて下さい
- 葉付き人参 : 葉の柔らかい部分は天ぷらや、刻んでスープに散らしたり炒ってふりかけに
- キャベツ : とんがり頭のみさきキャベツ。葉が柔らかく甘いので千切りサラダに◎
- 葉ねぎ : 刻んで麺類や冷奴などのお薬味に、炒め物に入れても
- 春菊 : 生で食べても大丈夫な、香りがよく、クセの少ない春菊です
- レタス : バリバリした食感のロメイン系レタス。シーザーサラダや炒めても美味
- 茎ブロッコリ : 茎がこりこり美味しいブロッコリ。ゆでてブロッコリ同様お使い下さい



- チンゲン菜 : 肉厚なので炒め煮や汁物に入れるのもオススメです
 - 赤水菜 : サラダの彩りとして加えたり、ゆがいて使ってもきれいな紫色です
 - ズッキーニ : 乱切りで油多め、白い部分が透き通るまで良く炒め、塩コショウで味付けて
 - スナップエンドウ : スジを取り、塩ゆでしてそのままぱりぱりと、マヨネーズをつけても
- ※葉ねぎ・大根 増量



スーパーでは見かけない葉付きの人参。根菜類は葉がついたままだと栄養が葉に取られ本体部分が悪くなるため、農家直送でない限りなかなか手に入りません。とても香りが良いので、葉の柔らかい部分をむしり取って、ぜひご活用下さい。



農園からのお知らせ

※大切なお知らせもございますので、この欄は
毎回ご一読下さいますようお願いいたします。

松本・安曇野市内の方、毎週発送の方で、昨シーズンの未清算分のあるお客様は、今月最終配送時に一緒に清算いたします。同封の請求書・納品書・領収書等をご確認下さいますようお願いいたします。

たべくら農園 古家豊和・節子 〒399-7411長野県松本市中川1861 TEL/FAX 0263-87-4560
tabekura.nouen@gmail.com <http://tabekura.com/> Facebook・Instagramもやっています

- 全ての作物において農薬・化学肥料を一切使用せず、有機農法で栽培しています
- おたよりバックナンバーはこちらからご覧いただけます → <http://tabekura.com/backnumber/>