

たべくら農園だより

お盆が終わり、めっきり涼しくなったここ信州。日中はまだ30℃くらいはありますが、朝晩は長袖の羽織物が必要なくらい冷え込むようになりました。野菜はこれから旨みが増えます美味しくなる季節です。

最近、食品廃棄について考えさせられることがありました（詳しくはFacebookに書いてあります）。私は農家の生まれではないので、毎日食べている野菜や卵、肉や魚がどうやって自分の食卓にたどり着いたかを知らずに育ちました。でも今は良くわかります。加工食品だろうがお菓子だろうが、どんな食べ物だって原材料は長い時間をかけて育てられたもの。お米は5ヶ月、小麦は1年近く、野菜は種類によって1ヶ月～1年近く、鶏は卵を産むまで5ヶ月、鶏肉は2ヶ月以上、牛肉は3年…。その間毎日、お世話をして育てるわけ。それを賞味期限切れだ、鮮度が落ちた、食べきれない、と一瞬でゴミにポイできる人は、ただただ食べ物のできるまでを知らないんじゃないかと思うのです。世界から飢餓を無くすには、無駄な食品廃棄を無くすことから。生産者から現場の声を発信して知らせていく必要があると強く感じました。



皮の赤いジャガイモ『アンデスレッド』ようやく掘れました

今回のお届け内容

2019.8.26 - 9.8

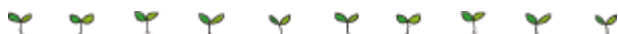
※見た目難あり等のB級品が入る場合は
出来る限り増量サービスしてお届けしています



- 大玉トマト : 生で食べる際は、ぜひキーンと冷やしてお召上がり下さい
- ミニトマト : お子様にも大人気。時々、黄色も混じってます
- きゅうり : 甘みがあってみずみずしい農園自慢のきゅうりです
- なす : 強風ですり傷があるものも。気になる方は部分的に皮をむいて下さい
- オクラ : ゆでて細かく刻んで粘りを出し、鰹節&醤油を混ぜてご飯や麺にのせて
- じゃがいも : 皮の赤いアンデスレッド種。ポテトサラダやコロケも美味しいです
- ピーマン又は甘とう : 甘とうは天ぷら、煮浸し、丸焼き他、ピーマンの様に使えます。
ただし稀に辛味が出ることがあるのでお子様はご注意下さい



- 玉ねぎ : 火を入れるととっても甘い。もちろん生でもOKです
- カボチャ : 坊ちゃんカボチャが不作のため、大きいカボチャをカットでお届けします
- にんにく : 夏野菜と相性バツグン。お料理のアクセントに
- ※ミニトマト・ナス 増量



たべくら農園の大玉トマトは、甘さだけでなく酸味や旨みもあるので、加熱料理もオススメです。ふろふろ卵と玉ねぎの中華炒め、ピザやトーストのトッピング、ナスとひき肉と一緒にオープン焼きに…。ますます濃厚になるトマト味。ぜひお試し下さい。



農園からのお知らせ

※通常の野菜セットに追加承ります。ここに記載の無い野菜のご希望がございましたらお問合せ下さい。

- ・きゅうり1袋3本 150円(～9月末) / ・なす1袋3本 150円(～10月中) / ・大玉トマト1袋3～4玉 300円(～10月上) / ・ミニトマト1袋 200円(～10月下) / ※トマト・ミニトマトのkg売りもできます

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/>