



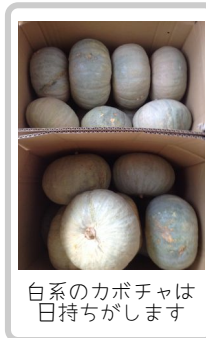
たべくら農園だより



今年は12月22日が冬至です。最近日は昇るのも遅く、一年で一番夜の長い時期となりました。冬至といえばカボチャを食べる風習があります。ここ松本地方では、カボチャと小豆のいとし煮に、小麦粉を練ったお団子を加えた料理がご当地冬至かぼちゃです。カボチャ自体は夏に収穫期を迎える夏野菜ですが、貯蔵がきくので昔は特に重宝され、冬至に栄養のあるカボチャを食べれば風邪をひかないと言われていました。

たべくら農園では毎年、緑・白緑・白皮の3種類(品種としては6種類以上)のカボチャを作っています。緑は収穫後ほどなく食べ頃となりますが、白緑は12月頃、白皮は1月頃になってからようやく食べ頃を迎えます。カボチャはサツマイモ同様、収穫時には粉っぽくでんぷん質ばかりで、収穫後少し置いて熟成させることででんぷんが糖に変わり甘くおいしくなる野菜です。ただし、熟し過ぎるとホクホクさに欠け、今度はべちゃべちゃと水っぽくなってしまいます。

カボチャはあまり高温を好まない作物です。昨年、今年と真夏は35℃を超える異常な暑さとなり、収穫前に熟成が進み過ぎたり、強い日差しに葉が枯れ皮が焼ける現象が起きています。ここ数年の極端な天気、栽培適期や虫の発生パターンも変わってきています。これからも作物を育て続けるためには、臨機応変に対応できる高度な栽培技術が求められています。たべくら農園はこれからも皆様に美味しい野菜を届けられるよう努力し続けます！



白系のカボチャは日持ちがします

今回のお届け内容

2019.12.2 - 12.15

※見た目難あり等の規格外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 : 寒さで葉が傷んでるので切り落としてますが、茎も刻んで使えます
- 白菜 : 外葉むいているため小さ目ですが、火を入れるととろりと煮えます
- 長ねぎ : 秋冬の長ねぎは火を入れると甘みが出て美味しくなります
- にんじん : 獣害等で少し小さめですが、にんじんらしい味わいです
- 小松菜 : 使いやすいシャキシャキ食感の万能野菜
- チンゲン菜 : 肉厚なので炒め煮、クリーム煮にも
- かぼちゃ : 緑白皮のカボチャも熟成して甘みがのってきました



- さつまいも : 低温乾燥に弱いため、冷蔵庫は避け、10℃以上の場所で保存してください
- 玉ねぎ : 粘土質の土で育った甘くて旨みの強い玉ねぎです
- じゃがいも : ホクホク系のきたあかり品種
- ※白菜・かぼちゃ 増量



カブは見た目よりも火の通りが早い野菜です。大根と同じように考えていると、あっという間に煮崩れてしまいます。それは、カブが根菜ではないからかもしれません。大根は植物でいう根っこの部分ですが、カブの玉は茎が変形したもののなんですよ。



農園からのお知らせ

今年は冬野菜の不作により、今シーズンの野菜セットは12月28日（土）発送分をもちまして終了とし、年明けの発送はございません。2ヶ月毎支払いの方は、12月最終回に10～12月分まとめて精算いたします。

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/>