

Patch 通信

Vol. 37



こんにちは！パッチファームの旬彩野菜バスケットをご注文頂きありがとうございます！
スーパーには秋の味覚いも・くり・なんきんを使ったスイーツやパンがたくさん並んでいますね。それを見るのが好きなパッチファーマー。自分でアレンジして今日のオヤツに…と u k i u k i しています♪
お届けした野菜の状態で問題等ございましたらお手数ですが、お知らせください。
パッチファームの野菜たちで食卓に笑顔が溢れますように！

☆☆ 本日のお届け野菜 ☆☆

- * つるむらさき
- * さつま芋（常温・暗所で熟成させるとより甘味UP）
- * かぼちゃ
- * オクラ
- * 甘長ししとう
- * 紫ししとう
- * 空芯菜



○● 野菜の保存方法 Vol.1 ●○

お客さまから、『余すことなく美味しく野菜が食べたい』との嬉しいお声をいただきました。できるだけ早くお召し上がりいただく事はもちろんですが、保存方法によっても野菜の品質は変わってきます。
できるだけ長い間新鮮・長持ち・美味しくお召し上がりいただける保存方法をご紹介しますのでぜひお試しください(^^)/

* さつまいも

寒さと乾燥に弱いので、新聞紙にくるんで冷暗所にて保存。

冷暗所：日が直接当たらず、温度があまり上がらないところ。

食材庫や床下収納があればベストです。

1本丸ごと使わない場合は『洗わずに切って』ください。一度濡れると長持ちしません。

切った断面をラップでくるみ、新聞紙で包んで保存してください。2.3日中にお召し上がりください。



* かぼちゃ

丸ごとの場合は冷暗所で1.2か月保存がOKです。

カットした場合は、種とわたをきれいに取り除いて、ラップをして冷蔵庫の野菜室で保存してください。

また、冷凍保存もおススメで、一口大にカットしたものを蒸し器で竹串がとおる位まで蒸し、①冷めてから保存袋に入れる（煮物、サラダ用） ②すりつぶしてペースト状にする（スープ、プリン用）

ぜひお試しください♪



Web : <http://patchfarm.biz> 田原市パッチファームで検索してください。

畑の様子をお届けしています。

Facebook : <https://www.facebook.com/patchfarm.biz/>

Patch Farm 中川 貴文・倫子