

Patch 通信

Vol. 42



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！
はや11月。今年も残すところあと2ヶ月ですね。街ではクリスマスイルミネーションも始まり、ピカピカする景色に心がうきうきするパッチファーマーです♪

お届けした野菜の状態でご迷惑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 ☆☆

- *つくね芋
- *さつま芋
- *里芋
- *ラディッシュ
- *つるむらさき
- *ピーマン
- *かぼちゃ
- *無農薬玄米



○● つくね芋 ●○

近所のおばちゃまから頂いたつくね芋を5月に畑の片隅に植えて約半年。よいしょ・よいしょと掘り起こしてみると立派なつくね芋がゴロゴロと出てきました。早速おろし金ですりおろしてご飯にのせてみると… とろとろ過ぎてお団子の様！これはしまったと、だし汁でのばして食べるととろ〜りご飯に馴染みいい感じのとろろご飯になりました♪ ぜひ皆さんも味覚の秋、とろろご飯をお楽しみください(^)/

★つくね芋のとろろご飯

- ① つくね芋の皮をむき、おろし金（またはすり鉢）ですりおろす。
- ② だし汁（2カップ）にしょう油（大さじ1）、みりん（大さじ1）をお鍋に入れて熱する。
- ③ ①のすりおろしたつくね芋に②のだし汁を泡だて器で混ぜながらお好みのトロミになるまで加える。
- ④ あっあつご飯にのせて完成！ のりや胡麻をパラリとふってもGOOD



もじゃもじゃ葉っぱの
つくね芋

その他のメニュー

- ・すり下ろしたとろろをお味噌汁にポトンと落としてモチモチ食感のお団子風に。
- ・だしでのばして、小麦粉（またはお好み焼粉）に入れてモチモチ食感のお好み焼きに。

Web : <http://patchfarm.biz>

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

Instagram: patchfarm_

畑の様子をお届けしています。

Patch Farm 中川 貴文・倫子