

# Patch 通信

Vol. 43



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！  
畑にあるピンクの実のついた草（イヌタデ）や赤や黄色の葉でおままごとをする娘と共に休日の畑仕事を楽しんでいるパッチファーマーです。子どもの発想力ってすごいですね😊  
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 ☆☆

- \*人参めき菜
- \*つくね芋
- \*里芋
- \*水菜
- \*つるむらさき



## ○● さつまいも ●○

秋の味覚のさつまいも。離乳食にもなるし、おやつにもご飯の一品にもなる優れたもの。以前の Patch 通信で愛知名物・鬼まんじゅうの作り方をご紹介しました。これに続き、パッチファーマーおススメのさつまいもレシピをご紹介します♪

### 【蒸しパン】

Instagramで大人気の Mayoさんから提供して頂いたレシピです♪

材料：ホットケーキミックス	150g
さつまいも	250g
卵	1個
牛乳	100cc
サラダ油	大さじ2

さつまいもを1cm角に切り、水にさらし、レンジで加熱。（500w 5分）ホットケーキミックス、卵、牛乳、砂糖、サラダ油を混ぜ合わせる。さつまいもは飾り用に少し残し、一緒に混ぜ合わせる。型にカップを敷き、生地を均等に入れ、さつまいもをトッピング。鬼まんじゅうは、蒸し器で15分程度蒸す。



### 【さつまいもクリームチーズ】

少し柔らかめに蒸かしたさつまいもをミキサーでクリームチーズと混ぜペースト状にする。（さつまいも：クリームチーズ=1：1）食感を楽しむために、蒸かした後粗めに潰したさつまいもを加えてもgood。パンに挟んだり、サラダにトッピングしたりどうぞ。

Web : <http://patchfarm.biz>

畑の様子をお届けしています。

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

Instagram: patchfarm\_

Patch Farm 中川 貴文・倫子