

Patch 通信

Vol. 69



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！
そろそろ梅雨の半ばでしょうか。前半はほとんど雨が降らなかったものの、今週は雨マークが並んでいます。農作業には大変な雨ですが、夏野菜にとっては恵みの雨になりそうです。みずみずしい野菜に育ちますように。
お届けした野菜の状態等问题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 ☆☆

- * ジャがいも (グラウンドペチカ)
- * 空芯菜
- * インゲンマメ
- * きゅうり
- * 米ナス
- * 大根
- * ねぎ



○● きゅうり ●○

大好きなきゅうりがたわわに実る季節になりました！
きゅうりの新鮮さは表面のトゲが元気なもの、ヘタの切り口がみずみずしいものです。畑での収穫、きゅうりのトゲがピンッと立ちすぎて手に刺さってしまうことも！（でもご安心を！手をぱっぱと払うとすぐにとれます）
去年はこんなへびきゅうりがとれたなあと懐かしくもなりながら、きゅうり畑で支柱につるを巻き付けたり、脇芽を手入れしたりしています。



【おすすめ食べ方】

- ①さわやかに一本まるかじり！甘味噌をつけるとGOOD
 - ②ズッキーニ（黄）と人参のスライスと共にポテトサラダにイン！イロドリ豊か。
 - ③少し大き目はカットして炒め物に中華風の味付けが相性GOOD
- みなさんのお気に入りのきゅうり料理はなんですか？

☆ 畑通信 ☆

夏の葉物野菜が少しずつ大きくなってきました！モロヘイヤは若芽がぐんぐん増えてきました。つるむらさきは光沢のある葉が一枚、また一枚と数を増やしそろそろ第一弾が収穫できそうです。そして鉄分豊富な空芯菜、虫にかじられた後はちらほらありますが、ぐんぐんと伸び、脇芽もふえてきました。体に必要な栄養がたっぷりつまった夏の葉物野菜、お楽しみに(^_^)

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