

Patch 通信

Vol. 107



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！

初夏の心地よい陽気を感じるとピクニックに行きたくなります♪お弁当は簡単におにぎりとお焼きたてとサラダ。簡単だけれど外で食べるのは最高^^♪ ぜひ皆さんもイロドリ野菜をもってピクニックはいかがでしょう。

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 ☆☆

- | | |
|----------|----------|
| * 大根 | * 油麦菜 |
| * 玉ねぎ | * そら豆 |
| * キャベツ | * インゲンマメ |
| * サニーレタス | |
| * ブッキーニ | |



●● 今期まもなく終了！そら豆 ●●

初夏が旬のそら豆、4月には薄紫のカワイイ花をさかせ、その後鞘を空に向かってのぼし、くたっと鞘が下にむくと収穫適期になると言われています。今が旬のそら豆、食べられる時期が限られているからこそ美味しさが溢れるのかもしれませんが。そして嬉しいことに、今までそら豆が苦手とおっしゃっていた方もそら豆が好きになった！と嬉しいお声をかけてくださりました。今年のそら豆をどうぞご堪能くださいませ。

そら豆は塩ゆでがやっぱり一番好きな

パッチファーマーですが、

- ・ 鞘ごとグリル焼き
- ・ 炒め物
- ・ 味付けは塩・胡椒でシンプルに
- ・ かき揚げ
- ・ チーズ焼き も大好きです^^♪

新玉ねぎと一緒にかき揚げに。歯ごたえと甘さがひきたつ一品です。

イロドリもきれいですよ！



和食にあうというイメージから洋食も相性ばっちりと感じる一品。炒めてとろける

チーズをからめて完成。



☆ 畑通信 ☆

ミニトマトが可愛い実をつけ始めました！夏が近づいてきたな♪と嬉しく感じる今日この頃です。完熟まではあと一息！今年は黄色のミニトマトと加熱調理向け（オリーブ油で炒めたり、トマトソースにすると美味しい）紅色のシシリアンリ्यूージュの2種育てています。どうぞお楽しみに！大玉のトマトもミニトマトに続いて登場する予定です。トマト好きの方あともしばらくお待ちくださいませ^^)/

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