

# Patch 通信

Vol. 117



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！

残暑が厳しいこの季節、皆さま元気にお過ごしでしょうか。8月後半にも関わらず、畑の温度計は35℃を超える日々。しかしながら、風は秋風。同じ気温でも風の有無で体感気温が違うことを実感する今日この頃です。

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が食卓に笑顔が溢れますように！

## ☆☆ 本日のお届け野菜 ☆☆

- |       |                 |
|-------|-----------------|
| * 空芯菜 | * かぼちゃ          |
| * 米なす | * バターナッツ        |
| * 青ナス | * 葉ネギ           |
| * オクラ | * ポップコーン用とうもろこし |



## ○● 今年も美味しいかぼちゃができました♪ ●○

8月上旬に収穫して追熟させたかぼちゃ。

子ども達に見せると、リクエストはやっぱり

【大好きなかぼちゃスープ！】何かと忙しいこの季節、去年よりシンプルなレシピでできないかな、と思いついたのがこちらのレシピ→

火を使わないので、調理時間の暑さも和らぐ？レシピです。もちろん、最後に加熱して温かなスープとしてお召し上がりいただいてもOK。

緑皮のかぼちゃとバターナッツと食べくらべたところ、二手に。娘はクリーミーなバターナッツ派。息子はほくほくのかぼちゃ派でした。ぜひ皆さまもお試しくださいね(^\_^)

## ★ バターナッツ冷製スープ レシピ ★

- ① バターナッツの皮をむく。
- ② 1cm角の大きさにカットする。
- ③ 耐熱ボウルに②をいれ、500wで5分加熱。  
ひとまぜして、さらに2分加熱。  
柔らかくなっていたら、バターを入れ混ぜる。  
(バターナッツ半分につき約10gのバター)
- ④ 潰して、(ブレンダーやミキサー等で) 裏ごしをする。
- ⑤ 3倍希釈くらいの牛乳を加えて完成。



## ☆ 畑通信 ☆

台風前にまいた大根の芽ができました！ひょっこり出る双葉はなんだかカワイイ。イモムシやバッタに葉っぱを食べられないようにネットを掛けてふせぎます。私にとってはバッタもカマキリも同じ虫だったのですが、カマキリは畑の害虫は食べても葉っぱは食べない肉食系！一気にカマキリファンになりました(笑)！

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