

# Patch 通信

Vol. 144



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！

渥美半島の農業は豊川用水ができ、水の便が良くなったことをきっかけに盛んになりました。しかし現在、少雨の影響で豊川水系のダムの量が少ないとのこと！節水を心がけ、生活や産業に大きな影響が出ないように備えたいです

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で食卓に笑顔が溢れますように！

☆☆ 本日のお届け野菜 ☆☆

\*ズッキーニ 10本



## ○● エンジョイ ズッキーニ パーティ!!! ●○

前回の Patch 通信でズッキーニの花が咲き始めましたとお伝えしましたが、もう収穫が始まりました!!! ズッキーニは暖かく、晴れの日が多くなると花をつける量も一気に増し、ぐんぐんと大きくなります。(水やりもしっかりするのもポイントです~) しかしながら、暑すぎると元気がなくなるズッキーニ。5・6月がズッキーニをお楽しみ頂ける最適の季節です。みずみずしいズッキーニをどうぞご堪能くださいませ。

### 【ズッキーニステーキ】

- ① ズッキーニを1センチほどに輪切りにする。
- ② 熱したフライパンにオリーブオイルをひき、両面を少し焦げ目がつくくらい中火で火を通す。
- ③ 仕上げにチーズをかけて完成！



### 【ズッキーニの味噌チーズ焼き】

- ① ズッキーニを縦半分にカットして、中身をスプーンでくりぬく。
- ② フライパンにごま油をひき、ひき肉、玉ねぎのみじん切り、①を加えて炒める。
- ③ 塩コショウ、味噌大さじ1、みりん大さじ1、砂糖大さじ1弱、塩胡椒する
- ④ くりぬいたズッキーニに④を詰め、とろけるチーズをのせてトースターで焦げ目がつくまで焼いて完成。



## ☆ 畑通信 ☆

葉にんにく、(ちょこっと) にんにくの芽として収穫し、最後の収穫物・にんにくの収穫をしています！9月に植えて半年以上畑で過ごし、じっくりと育ったにんにくです。根っこがしっかりと張っています。一生懸命畑の栄養を吸収した証し。暑い残暑に耐え、台風にも耐え、冬の寒さにも耐え、そして、小鳥のさえずりや牛の鳴き声を聞いてゆったりと育ちました。自然をいっぱい吸収したにんにくをどうぞご賞味くださいませ。乾燥前は丸ごとお召し上がりいただけます。乾燥しましたら、一片ずつパキパキと割ってお料理してみてくださいね！最近のお気に入りはお豆の入ったアヒージョです(^^) /

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