

# Patch 通信

Vol. 221



こんにちは。パッチファームの旬の野菜をご注文頂きありがとうございます。  
ホーホケキョと鳴き声やモーモーと牛の鳴き声が畑でのバックミュージック♪風の強い日はそれをもかき消されるゴーゴーとうなる音。自然の音は天気によって様々です。それもまた心地よし(^\_^)♪  
お届けした野菜の状態の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 ☆☆

- |                                 |                                      |                               |
|---------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ブロッコリー | <input type="checkbox"/> スティックブロッコリー |                               |
| <input type="checkbox"/> 油麦菜    | <input type="checkbox"/> サニーレタス      | <input type="checkbox"/> わさび菜 |
| <input type="checkbox"/> 葉にんにく  | <input type="checkbox"/> パクチー        | <input type="checkbox"/> ルッコラ |
| <input type="checkbox"/> ミニキャベツ | <input type="checkbox"/> 葉ねぎ         | <input type="checkbox"/>      |
| <input type="checkbox"/> 白菜なばな  | <input type="checkbox"/> カリフラワー      | <input type="checkbox"/>      |



## ○● 今が旬です！白菜なばな ●○

白菜の旬が過ぎ去り、春になり暖かさを感じ始めるころ、白菜はトウ立ちします。こちらがいわゆる【白菜なばな】トウ立ちした白菜は売り物にならない！と言われてきましたが、近年トウ立ちしなばなのお野菜が注目されつつあります♪自然をおいしく旬をいただく、ステキですよ！わが家でもお気に入りなのが、こちらの白菜なばな。白菜は本来、巻くように9月頃までには植えるのですが、敢えて巻かないように10月頃植えるのが白菜なばなを収穫する用。外葉が大きくならないので、丸まれないのです！まわりの農家の方からみれば???という感じが、この1ヶ月差で美味しく瑞々しいものが収穫できるか否かにかかっています。

中心から花蕾がつきはじめて、少し背高のっぽになった頃から収穫はじめ、それからどんどん脇芽がでてきます。しかしながら、虫が大好きなアブラナ科のあまーい白菜なばな。4月ともなればアブラムシ等がやってきて収穫は終了。今が美味しい、今だけしか食べられないそんな旬の野菜をお楽しみくださいませ。



- 生でぱくっ♪  
シャキシャキ瑞々しい。
- お味噌汁の最後にポン♪  
春を感じるかおり。
- ちょっと花の咲いたものをさっと塩ゆでに♪  
パスタやサラダ、煮物に春の彩りを。

## ☆ 畑通信 ☆

夏野菜のなすやピーマンの芽が出て、中指くらいの大きさまで成長してきました。今のトレーではちょっと手狭、しかもこの大きさで植えると、風やら虫やらに負けてしまうので、ひとまわり大きなポットに鉢上げをします。もう一息大きく苗として成長させることで（市販に売られている苗よりちょっと大きいくらい）、畑に植えても安心感が全く違います。手間はかかりますが、ひと手間かけることで良いことがあれば試みるのがわがや流！畑に植えられるまで、もう少し苗床スペースで大きく成長してね。そして、そろそろ虫の季節です。見つけたらやっつける！（←ちょっと怖いですが、これが一番いい方法）何とも昔ながらの手法で早期発見、早期退治に試みたいと思いますー！！

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