

Patch 通信

Vol. 255



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。

朝夕はすっかり冷え込み、寒い寒いとぶるぶる震えています。そんな冬の楽しみが畑 de 焼きいも！ストーブで焼く焼きいもはとろーり、そしていい匂い。冬の贅沢な畑の楽しみです(^)/
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"/> 大根 | <input type="checkbox"/> 葉玉ねぎ | <input type="checkbox"/> さつまいも・シルクスweet |
| <input type="checkbox"/> 大根菜 | <input type="checkbox"/> 葉にんにく | (12月中旬から食べごろです) |
| <input type="checkbox"/> 人参 | <input type="checkbox"/> 水菜 | <input type="checkbox"/> 油麦菜 |
| <input type="checkbox"/> サニーレタス | <input type="checkbox"/> 紫水菜 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> パクチー | <input type="checkbox"/> なばな | <input type="checkbox"/> |



○● 鮮やかな人参ベーグル ●○

なんでもベーグルにしちゃいたい、パン好き！ベーグル好き！のパッチファーマー。本日はすりおろした人参をたっぷり入れた人参ベーグルに。

【レシピ】

- ① 強力粉280g 砂糖大さじ1 ドライイースト小さじ1
塩 少々 すりおろした人参 180g
をよくこねてなめらかな球状にして20分ほど休ませる。
- ② ①を6分割して丸めて、10分休ませた後、
ベーグルの形にする。
- ③ ふきんをかけて、2倍くらいの大きさになるまで発酵。
- ④ 沸騰したお湯に砂糖を入れて③をゆでて、
190℃でねっしたオーブンで15分焼いて完成！



出来立てはもちろん！
スライスしてバターを挟んだり、
和で人参のきんぴらを挟んだり、
温かいスープにちょんちょん
つけながら食べたり。
今度は蒸かした人参を練りこんでみよう
かなと今からワクワクしています♪

☆ 畑通信 ☆

今年の種まきシーズンはひとまず終了。12月は寒くなり種を播いても発芽しないので、種まきはやめて畑の管理作業が中心になります。草取りに、土寄せに、まだ残っている夏の茄子の片付けなどなかなか重労働な作業が待っています！寒い中大変ね、とのお声かけも頂きますが、体をえっちらほっちら動かすとはかばか。動くのが一番のエコな温まり方！？なんておもいつつ、来春の畑の様子を思いめぐらせながら今日も畑作業を頑張ります！

畑の様子をお届けしています。

Web : <http://patchfarm.biz>

Facebook : <https://www.facebook.com/patchfarm.biz/>

Instagram: patchfarm_

Patch Farm 中川 貴文・倫子