Patch 通信

Vol. 291



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。

畑ではリーンリーンとコオロギが鳴いています。秋だなと思いながら、冬野菜の準備をしています。暑い暑いと言ってても、寒い寒いと言う日がいつの間にかやってきそうです。

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!

| ☆★ 本日のお届し | .†野菜 ★ ☆ | | a stine |
|-----------|------------|----------|---|
| 口空心菜 | ロゴーヤ (緑・白) | ロホーリーバジル | おいしい |
| 口つるむらさき | □長なす | □スイートバジル | 3 # (1) |
| ロオクラ | □米なす | □モロヘイヤ | * 😂 🚡 |
| ロピーマン | □青なす | 口きゅうり | Patch Farm |
| 口万願寺とうがらし | □カレーなインドなす | | i ii i |
| | | | |

○● ねばねば野菜のモロヘイヤ ●○

夏の葉物野菜と言えば空心菜、つるむらさきをメインに栽培していましたが、今年はモロヘイヤも!と張り切って育てたのにも関わらず、子供の体調不良の影響でなかなかお世話や収穫に至らず。それでも少しばかりの時間でお世話していた甲斐があり、今、元気に育っています。花がちらほら咲いてきたので、今週か来週でおしまいかなと思い、ラストスパートでお届けいたします!(モロヘイヤの種や鞘は毒性がありますので、万が一混ざっていましたら取り除いてください!!)

ねばねばモロヘイヤのお浸しや、お味噌汁、天ぷら、チヂミパスタなど、和洋折衷どうぞお楽しみくださいませ。





ビタミンやミネラル、食物繊維など栄養価が極めて高い 野菜です。

花言葉は『体力回復』こちらからも栄養たっぷりのお野菜と伺えます♪

残暑厳しい折、パワーをつけてくださいね!

☆ 畑通信 ☆

夏の初めは支柱を立ててそだてていたきゅうりですが、秋は台風がくるのを前提に、支柱はせず、地面に這わせるようにして育てています。見つけにくい、まっすぐしたものが実りにくいとの難点もございます。 支柱だと風の影響を受けやすく台風の一撃で全滅をもしかけないのですが、地這いだと幾分か被害は軽減されます。つるがわしゃわしゃしているので、まっすぐなものは実りにくく、『へ』の字のようなきゅうりが多くなります。ご愛敬!と自然にできる形をお楽しみ頂けますと幸いです。

Web: http://patchfarm.biz

畑の様子をお届けしています。

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

Instagram: patchfarm_

Patch Farm 中川 貴文・倫子