

# Patch 通信

Vol. 299



こんにちは。パッチファームの旬の野菜をご注文頂きましてありがとうございます。  
秋の青空を眺めていると鮮やかな空に吸い込まれてしまいそうです。今年もあと2カ月。美味しい冬野菜をお届けできますよう、せっせと畑仕事を頑張ります♪美味しいレシピづくりも頑張ります！

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 ★★ ☆

- |                                   |  |                          |
|-----------------------------------|--|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> 人参菜      | <input type="checkbox"/> ズッキーニ         | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> つるむらさき   | <input type="checkbox"/> 葉玉ねぎ          | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 万願寺とうがらし | <input type="checkbox"/> 葉にんにく (黄色テープ) | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 里芋       | <input type="checkbox"/> かぶの抜き菜        | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 里芋の親芋    | <input type="checkbox"/>               | <input type="checkbox"/> |



## ○● 瑞々しいかぶの抜き菜 ●○

【かぶの抜き菜】の収穫がはじまりました！

大根の抜き菜はよく見受けられますが、かぶは少し珍しいかしら。  
小さな小梅くらいのかぶが何とも可愛らしく、瑞々しいです。

おすすめはさっと塩ゆでにして、刻んでご飯と混ぜる菜飯。

そのほか、

◇ごま油で刻んだかぶの抜き菜を炒めて、醤油、みりん、砂糖で味付けをしたふりかけ。

◇オリーブ油で葉にんにくを香り出しをして、ゆでたパスタを投入、刻んだかぶの抜き菜を入れたパスタ。

◇さっと塩ゆでをして、水切りをした豆腐に、みそ、みりん、砂糖で味付けをして白和えに。

◇シンプルにお揚げさんとお味噌汁に などなど



お野菜が育つ過程が楽しめる抜き菜。

1カ月もたてば立派なかぶに。成長の様子を温かく見守っていただいね。

今年は大根が大雨の影響でダメになり、まき直しをしたので、大根抜き菜は11月半ばからの登場になる予定です。

## ☆ 畑通信 ☆

人参菜として間引きながら収穫していた人参が、立派になってきました！冬の寒さとともによりジューシーになりますお味をお楽しみくださいませ。今年もお正月用の金時人参も育てています。年末ころには、お節料理に欠かせない金時人参、里芋、お雑煮用の緑の菜っ葉をご用意いたします。栗きんとん用のさつまいもは、、、長雨でさつまいもの根っこにダメージがあったようで、今年は小さめになりますが、寒くなり成長もしなくなるのでそろそろ収穫予定です。小さめですが、、、どうぞお楽しみに！

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