

Patch 通信

Vol. 302



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。
近くの公園、11月なのに、、、真夏のひまわりが満開です🌻🌻🌻朝夕は寒いのですが、昼間は日差しがぽかぽかで気持ちいいからひまわりも顔を出したのでしょうか？自然って面白い！不思議！
お届けした野菜の状態等问题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"/> 葉にんにく (黄色テープ) | <input type="checkbox"/> かぶの抜き菜 | <input type="checkbox"/> サニーレタス |
| <input type="checkbox"/> 葉玉ねぎ | <input type="checkbox"/> 大根の抜き菜 | <input type="checkbox"/> わさび菜 |
| <input type="checkbox"/> 人参 | <input type="checkbox"/> 水菜 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 里芋 | <input type="checkbox"/> 春菊 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> 里芋の親芋 | | <input type="checkbox"/> |



○● 冬の定番スイーツ、キャロットケーキ ●○

人参が大きくなってくると作りたくなるのが

人参をすりおろしてつくるキャロットケーキ 🥕🍰❤️

人参をすりすりするのがちょっと大変ですが、
子どもたちに手伝ってもらい人参のすりおろしが完成。

レシピ

- ① 人参 200g をすりおろす。
 - ② 卵 2個、こめ油 90g、砂糖 30g、薄力粉 180g、ベーキングパウダー 3g を順に入れて混ぜる。
 - ③ ①のすりおろした人参、レーズンを入れて混ぜる。
 - ④ 180℃のオーブンで 40分焼いて完成！
- * お好みでシナモン、カルダモンなどのスパイスを入れてどうぞ。
* クリームチーズや生クリームも添えて。



サラダでシャキシャキ、
加熱するとほっくり甘い人参。
スイーツにするときはお砂糖控えめでOK
甘い食べ物が恋しくなるこの季節、
ベジスイーツをどうぞお楽しみくださいませ。
ほうれん草のケーキもいいな♫(^)/

☆ 畑通信 ☆

今年は少しばかり育てています、宇宙人みたいな風貌の【コールラビ】キャベツの仲間がかぶのような姿をしています。食感がシャキシャキ楽しいお野菜で、さっと茹でてサラダやお味噌汁、つくねのシャキシャキ食感に、とお好みのお味付けで楽しんで頂けます。こぶし大くらいの大きさに収穫予定のコールラビ、現在はビー玉大くらいの大きさですので、あと2週間ほどしたら収穫できそうです！数量限定ですので、ご希望の方はどうぞお声かけくださいませ。

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