



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。  
冬は空が澄んでいます。街灯がないので、星空がとってもきれい！夜空を眺めながら、一年を振り返ってみたり、流れ星が見られるかなと空を仰いでみたり。2022年残りも良き日でありますように。  
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"/> 黄色人参、金時人参      | <input type="checkbox"/> 里芋                 | <input type="checkbox"/> 紅葉苔の抜き菜 |
| <input type="checkbox"/> 葉にんにく          | <input type="checkbox"/> 水菜                 | <input type="checkbox"/> なばな     |
| <input type="checkbox"/> 葉玉ねぎ           | <input type="checkbox"/> 春菊                 | <input type="checkbox"/>         |
| <input type="checkbox"/> かぶ（あやめ雪かぶ、赤かぶ） | <input type="checkbox"/> わさび菜               | <input type="checkbox"/>         |
| <input type="checkbox"/> 大根             | <input type="checkbox"/> スティックブロッコリー、ブロッコリー |                                  |



### ○● はやくもなばなの季節です ●○

早春の味覚！と言えばなばな。

なばなは一般的にはアブラナ科（キャベツや白菜など）の花蕾のことで、花蕾を主に食するのが食用なばなです。観賞用のなばなは、畑一面を黄色い絨毯にしてくれる菜の花。渥美半島も毎年明けからの菜の花祭りのために市内のあちらこちらに菜の花の種を播き、今年は早いところでは12月を待たずして黄色い花がちらほら咲き始めていました。

なばなは花蕾を食するのですが、葉っぱも美味！少しほろ苦い中にも野菜のうま味が詰まっています、お浸しはもちろん、お味噌汁、お鍋、炒め物、パスタにもGOOD。お届け途中で少し咲いた黄色いお花は食卓の彩りに。さっと茹でてサラダに乗せても、お味噌汁の合間から顔をだしても可愛らしくって美味しいんです。かき揚げにするとプチプチ感がたまりません！常春の渥美半島と呼ばれるほど一年中比較温暖な地域から冬の始まりなのに早くも早春の香りをお届けいたします♪



春には白菜なばな、小松菜なばな、と季節の移り変わりによっていろいろな種類のなばなをお届けいたします♪今年も中国のなばな、アスパラ風味!!の紅葉苔（こうさいたい）も育てています♪紅葉苔（間引き菜も）はお浸しやパスタが特に好きです！この時期ならではの旬の食材をお楽しみくださいね！

### ☆ 畑通信 ☆

今年は植える場所がいけなかったのか、暖冬で虫が多かったのか、かぶに穴あきがちらほら見かけられます。棒を突き刺したような大きな穴のものはもちろんはじいていますが、（家で食べたりご近所さんにおすそ分けをしたり）、小さな穴のかぶはお入れさせて頂いています。畑からでる野菜の破棄が少なくなりませうようご協力ありがとうございます！小さな穴で黒くなっている部分は除いてお召し上がりくださいませ。サラダでシャキシャキ、加熱してとろーりかぶをお楽しみ頂きますと幸いです！

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