

# Patch 通信

Vol. 326



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。  
春の日差しからすっかり夏の日差しを感じる渥美半島です。サーフィンの名所でもあり、日が昇り沈むころまで海を楽しむ方たちも。気分転換に海を見られるのもこの土地と仕事のいいところですよ♪  
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"/> 新玉ねぎ  | <input type="checkbox"/> 山東菜     | <input type="checkbox"/> ズッキーニ |
| <input type="checkbox"/> 生にんにく | <input type="checkbox"/> ルッコラ    | <input type="checkbox"/> キャベツ  |
| <input type="checkbox"/> 人参菜   | <input type="checkbox"/> スイスチャード | <input type="checkbox"/> 白菜    |
| <input type="checkbox"/> ミニ大根  | <input type="checkbox"/> ロメインレタス | <input type="checkbox"/>       |
| <input type="checkbox"/> かぶ    | (虫食いの葉が多くなってきましたので葉を落としてお届けします)  |                                |



## ○● 大好き！山東菜 ●○

山東菜（さんとうさい）初めて目にする方もいらっしゃるかと思います。

私はおそらく農業をしていなかったら出会わなかった野菜かもしれません(笑)！

山東菜、くせのないお味で、シャキシャキした食感が楽しめる野菜です。

収穫して少し下だけで葉がくたっとなってしまうので、お届けした際に葉がくたっとなっているかもしれませんが、水にさらすと30分ほどでシャキッとしますので、シャキッとしてからお料理してくださいね！

おすすめは

- 切るだけ楽ちんシャキシャキ美味しいサラダ
- さっとゆでて（もしくはレンコン）胡麻和え
- 暖かな日が続きますが、ほっこり温まるお鍋
- 忙しい日にぴったり、具だくさんの豚汁
- トマトソースのパスタとの相性GOOD 山東菜のパスタ



爽やかな山東菜料理をお楽しみください！

## ☆ 畑通信 ☆

じゃがいもの花が咲き始めたと思ったら、一気に紫色の花々で畑が華やかになりました。じゃがいもは品種によって花の色が違うのですが、毎年育てているグラウンドペチカは紫色。そのほか、白や薄紫などなどあります。今年お試して育てているじゃがいも『サッシー』はまだ花をつけていませんが、何色になるのか🤔今から楽しみです♪花が落ちて、葉っぱが少し枯れ始めるころからが収穫時期。

今年も美味しいじゃがいも・グラウンドペチカが収穫できますように！

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