

# Patch 通信

Vol. 325



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"/> かぶ     | <input type="checkbox"/> ルッコラ    |
| <input type="checkbox"/> 生にんにく   | <input type="checkbox"/> ミニ大根   | <input type="checkbox"/> スイスチャード |
| <input type="checkbox"/> チンゲンサイ  | <input type="checkbox"/> 人参の抜き菜 | <input type="checkbox"/>         |
| <input type="checkbox"/> サニーレタス  | <input type="checkbox"/> ほうれん草  | <input type="checkbox"/>         |
| <input type="checkbox"/> ロメインレタス | <input type="checkbox"/> 山東菜    | <input type="checkbox"/>         |



## ●● はまっています！季節のキッシュ ●●

パッチファームの食卓は、

メニューは一緒ですが、素材が季節によって変わります。

例えば麻婆○○、初夏は麻婆ズッキーニ、夏は麻婆なす、冬は麻婆だいこん。

今楽しんでいるのが、キッシュでして、

新玉ねぎをどっさり入れるのが初夏のキッシュ。

その他、ほうれん草や生にんにくのスライスと一緒に炒め合わせてにんにくの風味をUPさせるのもこの時期ならでは。

今シーズンおしまいのスナップエンドウのむき身など畑でとれるものを入れて。

キッシュの生地は手抜きで冷凍のピザシート♪広げて型にあてはめ、溶き卵と牛乳と粉チーズを混ぜたキッシュ液に季節の野菜とベーコンなどを炒めた具材を入れて焼くだけ♪下ごしらえをすればあとはオーブンにお任せなのでその時間に家事や子供たちとの時間、お犬さまの散歩ができるのもいいところ(^^)／

ぜひ季節のキッシュで食卓をお楽しみくださいね！うっかりキッシュ液があまったらオムレツにリメイクしている我が家ですよ♪



## ☆ 畑通信 ☆

初夏のお野菜が登場し始めました！夏野菜までの端境期、どんなお野菜をお届けができるか、と毎年試行錯誤を繰り返して、農業を初めて8年目、ようやく品目も増えだしました。一般的な白菜は丸まるので初夏の暑さと湿気では中身が傷んでしまいがちですが、丸まらない白菜の山東菜は中に湿気がたまりにくいので今の時期にぴったり！サラダやお鍋、お味噌汁、おひたし、そして炒めものにもぴったりです。ちょっと珍しいけど新しいお野菜との楽しい出会いになりますと嬉しいです！

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