

Patch 通信

Vol. 340



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。
台風が過ぎ去って少し実りが出てきたかな、と思いきや、また台風！そして台風×3つ！！な悪い予感。。備えはもちろん大切だけど、どうか逸れてくれますようにと願います！
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"/> きゅうり | <input type="checkbox"/> バターナッツ | <input type="checkbox"/> コリンキー |
| <input type="checkbox"/> 万願寺とうがらし | <input type="checkbox"/> モロヘイヤ | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> ピーマン | <input type="checkbox"/> つるむらさき | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> オクラ | <input type="checkbox"/> 空心菜 | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> なす（長なす、米なす、青なす、ゼブラナス） | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



○● やさいの日 ●○

8月31日は【やさいのひ】

1983年に全国青果物商業協同組合連合会など9団体が、

「もっと野菜のこことを知ってほしい」「野菜をたくさん食べてほしい」とのことで

8（や）3（さ）1（い）の日との語呂合わせで制定されたそうです。

みなさん、野菜食べていますか？野菜好きですか？

実際のところ、私も農業をしていなかったら、1日の目標350gを毎日摂取できてなかったでしょうし、

（今は軽々350gオーバー！、米なすは小さいものもありますが、大体どれも350g超えです！）

旬の野菜や、野菜の花の美しさや彩りの素敵さなんて知らなかったでしょう。

これからも野菜の美味しさ、美しさ、楽しさをお届けして参りますね(^^♪

困みに350gの野菜、せっかくなら楽しく食べたいですね。野菜はほぼ水分なので、加熱して美味しさを凝縮させるのもおススメです！

実は野菜きらいの子もいる我が家、おススメは、ひたすら旬の野菜を刻んでひき肉といためて作るキーマカレーや、食パンにトマトソースを塗ってオイルソテーやグリルをした野菜、チーズを乗せてトースターで焼くピザトーストがおススメですよ！



☆ 畑通信 ☆

冬の人気野菜【葉にんにく】今年も植えます♪

年明けの人気野菜【グラウンドペチカ】冬ジャガイモのほうがじっくり育つので甘みが強い！？しかし、気温が低いので収量も少ないのが悲しいところ。もうすぐ植えます♪

冬の彩り野菜【人参】種まきをしました。暑くて？豪雨で？芽はまばら、葉っぱがあれれ？ないのも。こちらはまき直し。再度種まきをして1週間。そろそろ芽がでるころかな？

爽やかな【サニーレタス】や【ロメインレタス】も撒きました♪ どうぞお楽しみにされててくださいね！

Web : <http://patchfarm.biz>

畑の様子をお届けしています。

Facebook : <https://www.facebook.com/patchfarm.biz/>

Instagram: patchfarm_

Patch Farm 中川 貴文・倫子