

うまがんべえ第15号です。

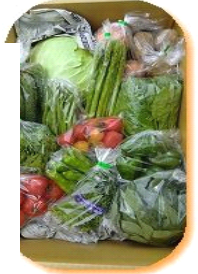
いよいよ7月1日から東京都昭和記念公園バーベキューガーデンに向けて野菜を出荷します。先月22日にキャベツ、30日にタマネギの放射線量の検査を県に依頼して実施しましたが、放射性物質は全く検出されませんでしたのでご安心下さい。こちら南会津の農作物は安全です！今年は春先の天候が悪かったのですが、ここに来てぐっと晴れが続き、生育も平年に追いついてきました。味も甘く、ばっちりです。今月頃から始まる『ふるさとたまたまてばこ』のご注文も順調にいただいております。『ふるさとたまたまてばこ』は、こちらの旬の野菜のとれたてを箱に詰めてお届けする商品で、たまたまてばこのように何が入っているか楽しんでいただけたら有り難いです。(^^)

7月18日には、東京都お台場海浜公園の夏祭り野菜とお米を販売しますのでぜひお近くにおいでの際はお越し下さい。(とか)

「ふるさとたまたまてばこ」

お待たせしました。いよいよ「ふるさとたまたまてばこ」の発送が始まります。箱を開けると、とれたて新鮮な野菜が顔をだす。収穫の日、土にやさしくつまれた野菜たちを手の中で感じるそんなわくわく感を味わってほしい、という気持ちで昨年からはじめました。

- ・たまえいと野菜8品程度
 - ・たまためん野菜10品程度
- 2セットからお選びいただけます。右記はたまための1例です。詳しくは別紙をご参照下さい。



「6月の農園風景」



りんごの摘果



朝採り野菜

写真ではみずみずしさが伝えきれないのが残念です・・・

農園レシピ

No.15

・キャベツの中着



「材料」

- ・キャベツ葉 3～4枚
- ・油揚げ 2枚
- ・とろけるチーズ (好みで)
- ・だし汁 大3
- ・しょうゆ 大1
- ・酒 大1 ・水 2カップ
- ・砂糖、塩 少々

「作り方」

- ①キャベツを千切りにし、水にさらして水気をしぼる
- ②油揚げを半分に切り、口を開き熱湯をかける
- ③油揚げの中にキャベツ・チーズの順に何度か重ね(煮るとかさが減るので多めに)楊枝で閉じる
- ④鍋に調味料を混ぜ合わせひと煮立ちさせ③を入れる油揚げがしんなりしたら出来上がり

上記の他に卵を入れても時間がない時の一品が簡単にできます。(づま)

閑話休題 渡部農園は、私の生活を見直すきっかけでした。食の安全・物を大切にする地球に優しいエコ生活です。緑り返される日常をもう1度見直すと優しい生活がみつかります。私もまだまだ始めたばかり、農園よっしーの素敵生活を学びながら子育てしていきたいです。今年は既に記録的猛暑がでました。節電生活で体調を崩さぬよう気をつけてください。

「農園今後のスケジュール」

- ・お米 早刈り 月末
 - ・野菜
- バーベキューガーデン様出荷開始
7月1日～毎週火、金曜日
たまたまてばこ出荷開始 順次
キャベツ種まき 7月11日、25日
じゃがいも収穫 8月初め
にんじん収穫 8月初め
- ・フライングディスク
 - 東北リーグ北上大会 7月9-10日
 - 筑波大学合宿 8月11-14日