

6月中頃収穫予定の野菜&果物 ◎=おすすめ地場野菜です *価格は税抜価格です

(主な地場野菜・果物、放射能検査指定区域の野菜は放射能検査検出限界値1~5Bg/kgで不検出です)

葉物・茎物・果菜類

栽培中化学合成農薬・化学肥料不使用の葉物・茎物・果菜類

野菜名	産地	生産者名	予定価格	注文数	野菜名	産地	生産者名	予定価格	注文数
◎ 小松菜	戸塚	岡本さん	1袋¥220~		南瓜	長崎	久間さん他	1/4¥190~	
◎ サニーレタス	鎌倉	大平さん	1袋¥240		レタス	奈良	檜垣さん他	1玉¥310~	
◎ いんげん	鎌倉	大平さん他	1袋¥260		ほうれん草	奈良	谷さん他	1束¥280~	
◎ キュウリ	鎌倉	大平さん	1袋¥210		アスパラ	北海道	佐々木さん他	1束¥340~	
◎ なす	鎌倉	大平さん他	1袋¥210~		トマト	愛知	今川さん他	1袋¥420	
◎ ブッキーニ	鎌倉	大平さん他	1本¥240~		にら	高知	弥生ファーム	1束¥195~	
◎ ミニトマト	栄区	矢島さん他	1袋¥340~		オクラ	熊本	中井さん他	1袋¥280~	
◎ 枝豆	鎌倉	大平さん他	1袋¥630~						
殺虫1回					春キャベツ	奈良	水本さん他	1玉¥340	
ピーマン	和歌山	田中さん他	1袋¥200~		ブロッコリー	奈良	檜垣さん他	1カブ¥330	

土物野菜

栽培中農薬・化学肥料など不使用の土物野菜(長芋・大和芋は検出限界値1.5~5Bg/kgで放射能検査、不検出)

◎ 玉ねぎ	鎌倉	大平さん他	1kg¥350~		じゃが芋	長崎	松尾さん他	1kg¥390	
大根	千葉	自然農法研究会他	1本¥290		泥大和芋	群馬	町田さん	1袋¥300~	
かぶ	奈良	田中さん他	1袋¥280~		ごぼう	宮崎	日向ファーム他	1袋¥340~	
春人参	長崎	堀さん他	1kg¥280		長芋	岩手	みちのく有機	1袋¥570	

きのこ・香辛野菜類(新潟産・長野産作物は放射能検査・検出限界値1~4Bg/kgで不検出です)

栽培中農薬・化学肥料不使用

舞茸	新潟	中山さん他	1袋¥260~		もやし	長野	サラダコスモ	1袋¥98	
生椎茸	北海道	道産子の会他	1袋¥380		ブロッコリースプラウト	岐阜	サラダコスモ	1袋¥155	
えのき	新潟	阿部さん	1袋¥220		新にんにく	沖縄	里見さん	100g¥450	
十津川なめこ	奈良	十津川組合	1袋¥200		ブラウンマッシュルーム	千葉	芳源ファーム	1pac¥240	
ぶなシメジ	新潟	片山さん	1pac¥250~		エリンギ	鳥取	北村さん他	1Pac¥230	
生姜	長崎	弥生さん他	1袋¥260						

果物

栽培中農薬・化学肥料不使用の果物

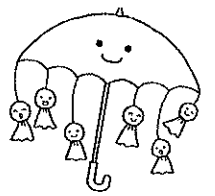
甘夏みかん	熊本	大澤さん他	1kg¥500		ひょう柑	愛媛	宇都宮さん他	1kg¥760	
バナナ	ペルー	MDDグループ	1kg¥600		レモン	愛媛	赤坂さん他	100g¥100~	
河内晩柑	愛媛	森本さん他	1kg¥650		さくらんぼ	長野	小坂さん	1袋¥1600	
殺虫1回・殺菌2回					メロン	長崎	林田さん他	1玉¥800~	

お名前 _____ 電話番号 _____
 様 _____

ご住所 _____



畑の便り



入梅の頃となり、ぐずついたお天気の日が続いておりますが、みなさ～ん、お元気ですか～！畑の便りで魚の話で恐縮ですが「入梅いわし」といしまして、この時季の真鯛は脂がのって一番美味しい食べごろの時季だそうですが、風の便りでお伝えしています「マイクロプラスチック」の問題で海の汚染も深刻な問題になってきています。魚も野菜も安全は当たり前で、心配なく安心していただきたいものですね…！

さて、前回ご案内しました枝豆の収穫が本格的に始まりました。枝豆といえば皆様よくご存じのようにビタミンCが含まれています。ビタミンCといえば美肌に欠かせない成分として知られていますが、アンチエイジングや免疫力の向上、ストレスから身を守ってくれるなど、豊富な効果が期待できます。



また、枝豆には葉酸も含まれています。妊婦さんが特に摂取したほうが良い栄養素だと知られていますが、アルコールを日常的に摂取している人も取りたい成分ですね。この時季はとりあえずビールに枝豆は定番ですが、な～るほどザ・枝豆…とりえず今日は枝豆にしましょう！枝豆食べてアンチエイジング&美肌…エイ・エイ・オ～♪

大平さんの玉ねぎ、おいしくて好評でしたが今季終了となります。いつもの年ですと秋口まで続き、北海道・内海さんの玉ねぎに移り変わりますが、今季は収量が少なく、早々と終了となりました…残念です…が、大平さん・岡本さんと地場のじゃが芋の収穫が始まりました。大平さんは「男爵」「メイクイン」、岡本さんは「きたあかり」です。岡本さんの「きたあかり」は少量ですのですぐになくなっちゃうかな…

収穫してすぐの新ジャガイモは水分が多くみずみずしく、ねかせたジャガイモ・通称ひねものはでんぷんが糖にかわり甘さが出ます。それぞれの味をお楽しみください♪