



東葛看護専門学校の皆さんと

3月16日(水)に東葛看護専門学校の学生さん8名と先生が農業体験にみえました。「じゃがいもの植え方やブロッコリーの定植のしかたなどがわかり勉強になりました。」「じゃがいもの土かけが大変でした。野菜づくりの苦労があつてお店に並んでいることがわかりました。」「EM菌と米ぬかを組み合わせると生ゴミが腐らない。それを土に入れる。循環・再利用のしぐみに感動しました。」「今までは遠目に見ていた農業でしたが、今日は苦労とお店に並ぶまでが、わかりました。この畑は人との関係性、絵本・ネコ・カエル・メダカ等生きものにあたたかいところだと思いました。」等、素敵な感想をいただきました。

お届けの野菜 ○小松菜の菜花 ○三浦大根 ○春菊 ○ほうれん草 ○ブロッコリー脇芽
○レタス&プチベール (サッと塩ゆでて添え物やサラダに。にんにくと炒めて。)

簡単レシピ ☆ほうれん草のナムル 〈材料〉ほうれん草1束 塩少々 ニンニクすりおろし1/3片分
薄口醤油小2 ごま油小2 すり白ゴマ大2 コショウ少々

<作り方>①ほうれん草はきれいに水洗いして、塩少々を入れた熱湯でサッとゆでる。水に取り、粗熱が取れば水気をしっかり絞り、3cmの長さに切る。
②ボウルにほうれん草、おろしニンニク、薄口しょうゆをよくもみこむ。ゴマ油を加えて軽く混ぜ合わせ、最後にすり白ゴマ、コショウを加えてサッとあわせる。(E・レシピより)

作業日誌 葱・小松菜・サラダ関係の種まき、じゃがいも(洞爺・北あかり・マチルダ)の植え付け、なすとピーマンの苗をビニールポットに植えかえる、レタス・サニーレタス・茎ブロッコリー・ブロッコリー・カリフラワーの定植、葱の草取りをして追肥・土寄せをする等。

野菜ともだちの声

☆大根おろしってすごいね。胃が痛くて薬を飲んだけど治らなかった。

大根おろしを朝・昼・晩と4日間食べたらすっかりよくなった。薬より効くね。(内さん談)

☆春菊にごま油をからめて、酒・醤油であえて、のりを散らすとおいしいよ。(静さん談)

4月は通常の野菜配達に

ここ2・3日は寒かったですが、しばらく暖かかったので、野菜たちは子孫を残す準備に入りました。ヒキガエルたちは衣装ケースの水溜りに集まり、交尾をし無事に産卵を終えました。

さて4月の配達ですが、まだ厳しい状況ですが、とりあえず通常の配達に戻したいと思います。毎週の方は毎週に、1・3週の方は1・3週、2・4週の方は2・4週、隔週の方は隔週の配達になります。

ひょっとすると途中で変更することもあるかもしれませんがどうぞよろしくお願い致します。



ヒキガエルの卵

4/7 (木) 葱、ほうれん草、ブロッコリー等

—苦手な野菜や傷みがあつて取り替えて欲しい野菜がありましたらご連絡いただけると助かります。—