



玉葱の苗植え

9月に玉葱の種を撒きました。

2ヶ月たった11月、成長した玉葱苗を植え始めました。

この苗が大きくなって玉葱になるのはあと7ヶ月後の6月です。

「玉葱が実になるまでにそんなに時間がかかるなんて、貴重なものをいただいているんだなと改めて思いました。」 (泰ちゃん)

お届けの野菜 ○里芋 ○ほうれん草 (できたてほやほやなのでやわらかです。) ○インゲン ○小松菜
○ レタス (アブラムシがついたのですが寒くなりアブラムシがいなくなったので出せるようになりました。がんばったレタスです。) ○その他

簡単レシピ 小松菜とちくわのエスニック炒め

<p>材料 小松菜1束 ●ちくわ4本 ●ニンニク1片 ●ナンプラー大1/2 ●ごま油適量</p> <p>作り方 ①小松菜はざく切りに、ちくわは斜め細切りにする。ニンニクは粗みじん切りにする。</p> <p>②フライパンにごま油とニンニクを入れて、火にかける。いい香りがしたら、ちくわと小松菜の軸を</p>	<p>入れて炒め、しんなりしてから葉を入れる。ナンプラーを回し入れ、さっと炒める。(10分)</p> <p>※ナンプラーがなければオイスターソースで。</p> <p>■1人分122kcal・塩分2.2g</p> <p>■サンマの塩焼き、おろししょうゆを添えて。</p> <p>——— 8面に「1週間のおかず」</p>
--	--

作業日誌 玉葱苗植え、キャベツの定植、枯れ草を刈って片づける、玉葱床やキャベツ床作り、耕運等。

野菜ともだちの声

私が今はまっているレシピです。「里芋の唐揚げ」里芋の皮を剥き一口大に切る。電子レンジにかけ柔らかくする。唐揚げ粉にまぶし10分置いたら油で揚げる。飲めないのにお酒のつまみです(笑)(春さん)

ご案内

野菜を購入してくださっているさくらカフェさんを会場に今年も宮城(みやしろ)真理子さんのガラス作品展です。ガラスと対話し創り出された作品をどうぞお楽しみください。

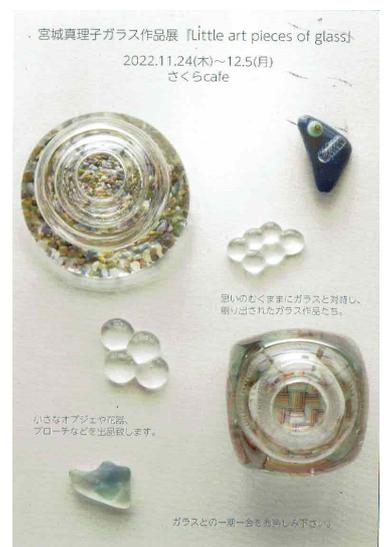
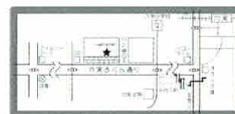
宮城真理子ガラス作品展 『Little art pieces of glass』

会期：2022年11月24日(木)～12月5日(月)
※29日(火)、30日(水)はお休みです。

会場：さくらcafe

*会期中の営業時間は11時～19時、ランチタイムは2時間制となりますのでご予約をお願い致します。19時以降は予約のみとなります。

さくらcafe
*会期中のみ営業11時～19時
(火曜、水曜定休日)
*松戸市六高台4-92-1
*047-315-3200
*<http://sakuracafe.michikusa.jp/>



11/24(木)ひとみ人参・かぶ・さつま芋・小松菜等

野菜の傷みや代えて欲しい野菜がありましたらご連絡いただくと助かります。