

—農薬を使わない・有機物入りの土で育てた体にやさしい野菜—

野菜ともだち通信

No.950

2023/6/8 (木)

あらき農園

Tel.080-1366-8984



猫ちゃんトリオの歌声
が聞こえてきそうです。♪ シゲさんが畑に持ってきてくれたミモザ
が、ステキです。
猫ちゃんのタキシードはアオイ、ズボンはオオバコ、楽譜の花は畑のアリ
ッサム…。

すべて自然の材料だから味わいがあります。
(畑のお手伝いの阿久根容子さん作)

猫ちゃんコーラス

お届けの野菜 ○ミニ白菜○キャベツ ○坊主知らず葱 ○人参 ○玉葱 ○サニーレタス

簡単レシピ
より要約)

トロ甘！まるごと白菜とベーコンのガーリックスープ

(楽天レシピ

材料 (2～4人分) A オリーブオイル・A バター各大さじ1 A ニンニク 2片 A ベーコン 2枚
ミニ白菜 1株 (600g) 水 700ml コンソメ顆粒 小さじ2 塩 小さじ1～ 黒胡椒
小さじ1/2 作り方 ①Aの材料を中火で煮てベーコンとニンニクを取り出す。②二分の一に切っ
た白菜の切り口を下にして 7 分焼き色がつくまで蒸し煮する。反対側も蒸し煮する。③水を入れ強火
で熱し、沸騰したら中火にし、コンソメ・ベーコン・ニンニクを加えて白菜がクタクタになるまで蓋
をして 12 分位煮込み、塩を加える。④器に盛って黒胡椒をかける。 ※一緒にじゃがいも・
人参・玉ねぎも入れました。塩を控えましたがトロトロ白菜がとても美味しかったです。(あらき)

作業日誌 オクラ・エンサイ・ツルムラサキ・モロヘイヤ・落花生の種まき、里芋・八頭の種芋
植え、安納芋の苗をさす、種生姜を植える、スイカ・南瓜・青パパイヤの定植、トマトの芽欠き、草
取り、草刈り、耕運等。

読んで 観て 聴いて！ (6月)

本や映画やコンサート等の話題を畑のお手伝いの箭田川さんが紹介してくれます。

「銀河鉄道の父」門井慶喜著

「銀河鉄道の父」とは、宮沢賢治の父、政次郎のことである。この本の表紙カバーは、なんと二枚重ねになっていて、元のカバーは『雨ニモマケズ・・・』であるが、目にふれるのは映画の出演者（菅田将暉・役所広司等）で、すごく目をひく。解説によると、本書は『日本初の政次郎の本』になるそうだ。政次郎は、質屋の後継ぎとして生をうけ、有数な商家であり町会議員でもあるが、長男の賢治も弟も仕事を継ぐことなく、迷走しながら自分の道を捜していく。特に賢治は、「石っこ賢さん」と呼ばれ、人造宝石にうつつをぬかし、国柱会に夢中になるが、政次郎はついつい手を差しのべてしまうのである。父でありすぎるのであった。そして、賢治は愛息として父に守られ、好きなことにのめりこんでいき、後に国民作家として、名を残していくのである。政次郎、賢治、そして妹のトシの家族愛の本でもある。この親子愛は、現代にバッチリ当てはまると思うのだが。(講談社文庫)



6/22 (木) 人参、玉葱、葱、じゃが芋、トマト等

野菜の傷

みや代えて欲しい野菜がありましたらご連絡頂けると助かります。