



黄花コスモス

畑の一角にお花畑が登場しました。
オレンジや黄色のコスモスがきれいです。

お届けの野菜 トマト、玉葱、レッドムーンじゃが芋、キャベツ、人参、トウモロコシ

簡単レシピ ♡レッドムーンの食べ方

煮崩れしにくいので、肉じゃがなどの煮物やシチュー、カレーなどによく合います。揚げたり、炒めたりするのもおすすめです。レッドムーン独特のねっとりとした食感を楽しむことができますよ。ポテトサラダにすると、甘さが引き立ちます。じゃが芋の中では甘味が強い方でほのかな甘味とコクがあります。

♡ツナとじゃがいものチーズ焼き

<材料> 2人分 じゃがいも(中) 4個 ゆでたまご1個 ツナ缶1個 とろけるチーズ適量 塩少々

<作り方> 1じゃがいもを塩ゆでして、薄くスライスする。

2耐熱皿へじゃがいも、ツナ、ゆでたまごの順で均等にちらすようにのせる。

3最後にとろけるチーズをのせて、オーブンで約10分、焦げ色がつくまで焼く。

(楽天レシピ)

作業日誌

坊主知らず葱の定植、枝豆と丹波の黒豆を播く、里芋の草取りと追肥と土寄せ、なす・ピーマンの芽欠き、生姜の草取りと追肥、トマトの誘引、いろいろな場所の草取り・草刈り・耕運など。

野菜ともだちの声

- ・ 前号の簡単レシピに載っていた「にんじんりぼんサラダ」に茹でたエビも入れたら、「これはうま いなあ」と夫にも好評でした。(るみさん談)

読んで 観て 聴いて (7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。

ハッピーリタイアメント 浅田次郎 幻冬舎

本箱を整理していたら、ずっとずっと前(10年前)に読んだ本を見つけた。
表紙の絵を見て、胸がスカッとするような本だったことは思い出したが、それ以上無理なので再読することにした。地位も名誉も金もない定年前の慎ちゃん(元官僚)とベンさん(元自衛官)は、JAMS(全国中小企業振興会)に再就職し、30年前の不良債権の処理に携わるが、業務実態のない天下り組織に憤慨し、反旗を翻す。そして、最後にどんでん返しが……。浅田次郎は、二刀流どころか、現代小説、歴史・時代小説、エッセイと、幅広い作品を発表している。それは、波乱万丈な人生を送ってきたからだともいわれている。私は、「憑神」「蒼穹の昴」「王妃の館」「獅子吼」が心に残っている。
調べてみると、私と生年月日が1日違いで、私がお姉さんでした。



7/17 (月) じゃが芋・なす・玉葱・ピーマンなど

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。