



11月1日にまいたそら豆です。暖かだったのでしっかりと育っています。
収穫の5月中旬～6月が楽しみです。

お届けの野菜 ハツ頭 (2品扱い) ・小松菜・ひとみ人参・大根・葱

*今年もありがとうございました。紫大根はお礼です。

サラダ・大根おろし・甘酢漬け・浅漬け等どうぞ。

✿簡単レシピ 人参のポタージュ

<材料> (2人分) 人参中 2/3本 玉葱 1/4個 固形コンソメ 1個 牛乳 300cc 水 200cc

<作り方>

- ① 人参は1センチくらいの輪切りなど適当な大きさに切る。玉葱は粗みじん切りにする。
- ② 小さめの鍋に水、固形コンソメ、人参、玉葱を入れて野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ③ 材料が柔らかくなったら粗熱をとり、スープごと滑らかになるまでミキサーにかける。
- ④ ミキサーにかけたスープを鍋に戻し、牛乳を加えて一煮立ちさせる。好みの濃度になるように水か牛乳で加減してください。
- ⑤ 器に盛って、乾燥パセリを振って完成。アクセントに黒胡椒を振ってもオッケー。

- ・水分が少なすぎるとミキサーに負荷がかかるので、煮ている途中で水分量を調節してください。ミキサーにかけるときに水を足してもオッケーです。(クックパッドより)

作業日誌 ハウスに春菊とサニーレタスを植える、葱の土寄せ、大根と人参用の床づくり、来年の種用の里芋を収穫して穴に貯蔵する、プチベールと芽キャベツの葉欠き、なす・ピーマン等の片付け、道路にたまった土を畑の入り口に運んでならず、草取り等。

野菜ともだちの声

- ・鈴木宣弘氏の講演を聞いて、本を読んでから、日本の農作物がホントに怖くなりました。そして、農業の未来、食の未来が本当に心配になりました。荒木さんが頑張ってることに改めて敬意を表します。(杉さん)
- ・暑い日も寒い日も、雨の日も、いつもありがとうございます。皆さまが大切に作ってくださったお野菜をいただけることに感謝して、モリモリいただきます。(泰ちゃん)
- ・「荒木さんのお人参は切るとふうんとおいがします。においのあるものはおいしいですよ。かぶは葉も一緒に炒めて麺つゆで味つけしただけだけどおいしかったです。」(山さん談)
- ・「音楽の力」 "音"を"楽しむ"と書いて「音楽」です。「音楽」は、楽しみだけでなく、感動、元氣、あこがれを届けてくれます。12月3日の『平和の旅コンサート』が、この音楽でした。少年少女合唱団の伸びやかで力強い歌声は、元氣を。男性合唱団は、ほっとするような楽しみを。プロの演奏(ヴァイオリン・チェロ・ピアノ・バレエ・声楽)は、あこがれを。そして、語りと合唱による構成「平和の旅へ」は、深い感動を与えてくれました。老若男女、たくさんの人々が集い、「音楽の力」を実感した一日でした。いいですねえ、「音楽」は。是非、お出かけください。(箭田川さん)
- ・お手伝いの細川さんがおいしいおにぎりをにぎってきてくれました。「米をといで30分水につける。ざるにあげて冷蔵庫に一晩おく。そのことで米が糖化するのにおいしくなる。」と教えてくれました。やってみると、去年のお米なのにおいしく炊けました。皆さんもやってみてください。(あらき)

1/11 (木) 小松菜・大根・ひとみ人参・ほうれん草・かぶ等

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。

どうぞ良い年をお迎えください。