



まだ寒さが残る春先から  
太陽を見上げて水色の花びらをパッと咲かせるオオイヌノフグリ。  
今年もよろしくと思っていたら、  
野菜ともだちの春山さんからオオイヌノフグリの作品の  
写メが届きました。念願の題材だったとの事。  
自然の姿をデザインし染色する技に驚かされます。



オオイヌノフグリ (染色作家・春山公子さん作)

お届けの野菜 サラダほうれん草・アンデスレッドじゃが芋・サニーレタス・ひとみ人参・葱

簡単レシピ サラダほうれん草とベーコンのサラダ

<材料>ベーコン2枚、サラダほうれん草100g、マッシュルーム1個、オリーブオイル大さじ1/2

☆調味料 塩小さじ1/8、レモン汁大さじ1/4、

仕上げ用 粉チーズ適量、黒こしょう少々

<手順>①サラダほうれん草は食べやすい大きさに切る。マッシュルームは薄切りにする。

②ベーコンは1cm幅に切る。③フライパンにオリーブオイルを入れて熱し、ベーコンを入れて両面に焼き色がつくまで中火で焼き、取り出す。④ボウルに③のオリーブオイル、☆を入れて混ぜる(ドレッシング)。マッシュルームを加えて混ぜる。⑤器にサラダほうれん草を盛り、④のマッシュルームをのせてボウルに残ったドレッシングをまわしかける。ベーコンをちらし、粉チーズ、黒こしょうをふる。(デリッシュキッチンより)

主な作業

**菌ちゃん床作り**(吉田俊道さんの提唱する菌ちゃん農法)  
森や竹やぶ、あるいは道端の落ち葉が積もった下方に白い糸状の菌。ご覧になったことがありますか?この糸状菌に炭素分の多い有機物を餌として与えると有機物を分解して野菜の根に養分やミネラルを送ってくれるそうです。それで堆肥も肥料も使わない野菜作りができるそうです。  
みんなで菌ちゃん床作りをしました。5月頃ナスやピーマンを植えてみます。



幅1.3m 高さ45cm 長さ12m

**読んで 観て 聴いて**(3月)\*本や映画やコンサート等の話題をお手伝いの箭田川さんが紹介してくれます。

**蔦重 吉森大祐**

今年のnhk大河ドラマ「べらぼう〜蔦重栄華乃夢噺〜」は、江戸時代中期に活躍した出版人蔦屋重三郎(蔦重)の生涯を描いたもの。蔦重の名前は、喜田川歌麿、葛飾北斎、曲亭馬琴の作品に必ずといっていいほど登場するのでとても気になっていた。本書は蔦重と歌麿の「美女礼讃」、蔦重と北斎の「木挽町の絵師」、蔦重と山東京伝の「白縫姫奇譚」、蔦重と写楽の「うかれ十郎兵衛」等5編の短編集で、蔦重の活躍がわかりやすく書かれている。余談だが、この大河ドラマでは、性的描写のある場面の撮影では俳優を支える「インティマシー・コーディネーター」が起用されたというのも話題である。(講談社文庫)

3/27(木) 葱・春菊・レタス等

野菜の傷みや苦手な野菜なので別の野菜にとのご要望がありましたらご連絡ください。

