



畑の準備

ナスやピーマンやオクラを植える前に生ごみとEM菌をまぜたものを畑にまいてから耕運しました。畑の耕運はいつも伸さんがやってくれています。

お届けの野菜 坊主知らず葱・キャベツ 1/2・サニーレタスカレタス・大根・里芋の親芋・小松菜  
簡単レシピ ♡たっぷりネギチヂミ

<材料>青ねぎ 100g ★チヂミの生地 薄力粉 70g 片栗粉 30g 卵 1個 ダシダ 小さじ 1 水 50ml  
ごま油 大さじ 2 ★タレ しょうゆ 大さじ 2 酢 大さじ 1 砂糖 小さじ 1 白いりごま 小さじ 1

<手順>1 ボウルにタレの材料を入れて混ぜ合わせます。

2 青ねぎは根元を切り落とし、5mm幅に切ります。

3 別のボウルにチヂミの材料を混ぜ合わせます。ダマがなくなったら 2 を加えて、さらに混ぜ合わせます。4 強火で熱したフライパンに半量のごま油をひき、3 を流し入れて焼きます。

5 表面が乾いてきたら裏返し、鍋肌に残りのごま油を入れ、強火でこんがりとし、色づくまで焼きます。

6 火から下ろして食べやすい大きさに切ります。お皿に盛り付け、1 を添えて完成です。

\*ダシダとは、韓国料理で使われる牛肉ダシの粉末のことです。ない場合は同量の中華だしの素で代用できます。(クラシルより)

主な作業 ブッキーニ (50本) や南瓜 (70本) やきゅうり (90本) を植えました。

読んで 観て 聴いて (5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。

映画「おいしくて泣くとき」

父親が食堂(こども食堂も)を営んでいる高校生の心也は、時々訪れる同級生の夕花と学級新聞作りを任せられ、少しずつ距離を縮めていく。そんな中、夕花が義父から虐待されるのを目撃して、家族との思い出の場所へ夕花を連れ出す。そこで、「頑張っ

て生きる」と約束を交わすが、音信が途絶えてしまう。そして30年後、心也が引き継いだ食堂で再会を果たす。昔の記憶を失っていた夕花だが、心也の父親が子どもたちに提供していた焼きうどんを食べて、記憶がよみがえってくる。有名人が出演する映画のCMは、ひっきりなしにテレビから流れてくるが、この映画の宣伝は一切なし。私がテラスモールで観たときの観客は6人。もっとたくさんの人に観てもらいたいな。



おいしくて泣くとき

畑だより



ヒキちゃん

トマトハウスで作業をしているとピョンと飛び出してきた生き物がいました。3cm位のかわいいヒキガエルの子もでした。多分、昨年生まれた子でしょう。この子が3~4年たつと10cm位に成長し、春先に産卵場所に戻ってきます。待ってるよ。

5/22 (木) 小松菜・大根・キャベツ等

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。