



お手伝いのみなさん (1/19)

「毎年1月に鎌産鎌消の献立があるのでそこであらき農園さんの人参を出してください。」と春に給食センターの所長さんが畑にみえました。「では種まきからお手伝いさせてください。」とななちゃんママの呼びかけで集まった人たちが夏に種まきをしました。夏から秋にかけて暑い陽ざしの中を隙間時間を作って間引き作業をしてくれた方もいました。そしていよいよ1月、人参を収穫して洗いました。ハウスに人参の美しさと香りがいっぱいに広がりました。給食でつながった鎌ヶ谷の皆さんからの愛のプレゼントのひとつみ人参です。「にんじんのごまあえ」を子どもたちが喜んで食べてくれるといいなあ！

皆さん、ありがとうございました。

ではななちゃんママの文章を読んでくださいね。 (あらき)

身体は食べたものでできているということ、子どもの一食と大人の一食は違うということなどを知ったときから、『学校給食をより良くしたいな』『少しでも無農薬、無化学肥料の食材を使用した給食になったらいいな』、と願い、マイペースですが、ママ友たちと活動を始めて早丸5年。やっと無農薬の人参、しかも、あらき農園の人参が【人参のごま和え】として提供されることになりました！

これが実現できたのは、同じ想いのたくさんの方々の願いや行動が実を結んだ結果だと感じています。何より、お忙しい中、人参の注文を受け、育ててくださった、あらき農園の皆さま、本当に感謝しております。手伝い、関わってくださった皆さまも、本当にありがとうございましたm(_ _)m

あらき農園の人参を、鎌ヶ谷市の子どもたちみんなが食べられるって、やはりすごいです！本当に嬉しいことだなと思います。大切な子どもたち、みんな、みんな、健やかに育ちますように(^o^)(ななちゃんママ)

お届けの野菜 ひとみ人参・ねぎ・ほうれん草・大根・菊芋・白菜

簡単レシピ 菊芋は北アメリカ原産のキク科植物。イヌリンが豊富なので「畑のインスリン」と呼ばれています。すぐに使わない時は土付きで新聞紙に包んで冷蔵庫で保存します。皮ごと調理できます。

干し菊芋のポリポリ炒め (材料) 干し菊芋、ニンニク・生姜のみじん切り、ごま油・塩…適量

(干し菊芋作り)…菊芋を厚さ3ミリほどに着る。天気の良い日なら1日干すとセミドライになって甘みが出ます。(作り方) 1、フライパンにニンニクと生姜、浸るくらいのお湯のごま油を注ぎ、香りが出るまで弱火で炒める。2、干し菊芋を加え、端がカリッとするまで炒める。仕上げに塩で味を調える。

*キンピラ・漬物・チップス・煮込み料理などでもどうぞ。

主な作業

大根・かぶ・向陽人参の種をまいてビニールトンネルをかける、茎ブロッコリーとブロッコリーの種を育苗ケースにまく、給食用の人参の準備をする、堆肥の掘り出し、トラクター耕運など。



お手伝いのみなさん (1/23)

野菜ともだちの声

- ・クリスマスの一とみ人参のポタージュが大好評でした。(さくらカフェ)
- ・年末の八ツ頭は柔らかくてとても美味しかったです。(河さん)
- ・私はすぐに手がかゆくなってしまっているので、丸八ツ頭は皮がむきやすくて良かったです。(福さん談)
- ・お年賀有難うございました。早速ぬか漬けにします!ほうれん草、とっても甘かった!!(磯さん)



食べるインスリン

2/2 (月) ひとみ人参・里芋・ほうれん草・白菜・ねぎ等

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。