

## 野菜ともだち通信

No.1020 2026/5/14 (木) あらき農園 Tel.080-1366-8984



まさじとモア

昨年の秋、高いのですが思い切って草刈機械「モア」を買いました。  
すると1メートルにも伸びた草も粉々に粉碎!  
今春は収穫後のごっついブロッコリーの茎葉も見事に粉碎!  
すぐに耕せて次の作付けの準備ができます。本当に便利で楽チンです。  
頼もしいモアさんです♪

お届けの野菜 ・スナップエンドウ・リーフレタス・大根・キャベツ・葉玉葱・その他

### 簡単レシピ ♣豚バラと葉タマネギのオイスターソース炒め

〈材料〉豚バラ薄切り肉 150g 葉玉ねぎ 1個(150g) 塩こしょう少々 サラダ油 小さじ1

☆調味料 酒 大さじ1 オイスターソース 大さじ1 しょうゆ 小さじ1 おろしにんにく 小さじ1/2

〈手順〉1、葉玉葱は白い部分と葉に切り分ける。白い部分は横半分に切り、縦半分に切る。太い部分は放射状に3等分に切る。葉は3cm幅に切る。2、豚肉は4cm幅に切り、塩こしょうをふる。3、フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、豚肉を入れて色が変わるまで炒める。葉玉葱の白い部分を加えて2分程炒める。4、葉の部分を加えて1分ほど炒める。☆を加えて炒め合わせる。(デリッシュキッチンより)

### 主な作業

里芋・八ツ頭の種芋植え、トマト・赤紫蘇・青紫蘇の定植、ゴーヤ・とうもろこし・枝豆・カブ・小松菜・サラダ関係・の種まき、スイカ等の鉢上げ、モアで野菜の片付け・草取り・耕運等

### 5月の絵本紹介



「よかったなあ」 (まど・みちお / 詩 あずみ虫 / 絵 理論社 2024年)



「よかったなあ 草や木が ほくらの まわりに いてくれて 目のさめる みどりの葉っぱ」・・・

と始まる、今の新緑に心躍る季節にぴったりな、まど・みちおさんの詩に、生き生きとカラフルな絵で、この詩の素晴らしさを伝えてくれるのは、アラスカと日本を行き来されるあずみ虫さん。アルミ板を使い立体感ある独特な画法で、絵本をみている私たちのところまで命の息吹や本物の風が吹いてくるのを感じられるかのようです! いつも当たり前在ってくれる草や木、その多様性、集う虫や獣や人、降り注ぐ雨、風、太陽・・・ああよかったなあ!と言わねばならない詩の絵本です。

(市川市の国府台小・中学校で読み語りをしている細井あゆみさん)

\*細井さんから本をお借りしました。ご希望の方は荒木までご連絡ください。

5/28 (木) ・坊主知らず葱・若人参・玉葱等

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。

