―農薬を使わない・有機物入りの土で育てた体にやさしい野菜―

野菜ともだち通信

№1024　2026/7/9（木）あらき農園　TEL080-1366-8984



シェフの荒井さんと

４月 20 日に金町駅近くにオープンしたイタリアンの LISATOA（cuina italiana）さん。昨年１年間八柱の貸店舗で毎週金曜日の営業から私たちの野菜を使ってくれています。6 月 16 日に伺いましたがランチの店内は若い女性たちで満席でした。ピザやスパゲッティ・ケーキなどどれも美味しかったです。お近くに行かれたらお寄りください。
TEL03-5672-9155(水曜日定休日)　ランチ 11:30～14:00　ディナー17:30～22:00

お届けの野菜　・北あかりじゃが芋・きゅうり・筑陽ナス・玉葱・にんにく・枝豆（ゆあがり娘）

簡単レシピ　なすの照り焼き

＜材料＞（2 人分）なす　２本　片栗粉　適量　サラダ油　大さじ２
【A】しょうゆ大さじ１　酒大さじ１　みりん大さじ１　砂糖小さじ２

＜作り方＞
① なすはヘタをとって輪切りにし、水に 10 分さらす。水気を拭き取り、片栗粉をまんべんなくまぶす。
② フライパンにサラダ油を引いて中火で熱し、①を並べて両面をこんがりと焼く。
③ ②に【A】を加えて煮絡めたら、完成。



ネジリバナ

作業日誌

トマトの芽欠き、菊芋ときゅうりと坊主知らず葱の定植、葱の草取りと追肥、とうもろこしとスイカにカラスよけの糸を張る、人参床づくり、ナスやピーマンに天恵緑汁やアブラムシ対策でタバスコ液をかける、草取り、草刈、耕運など。

7 月の絵本紹介







↑「**はたけのにゃーこ**」織茂恭子/作　2019 年童心社　「**ねこのごんごん**」大道あや/作　1975 年　福音館書店　↑

○「にゃーこは　のらねこ　はたけのこねこ　・・・　にゃーこのにおいは　つちのにおい・・・　」読んでびっくり！荒木さんの野菜通信に出ていた猫ガンバちゃんのおはなしかと思いました！　実際に著者織茂さんが畑で出会った野良猫ちゃんを描いています。キュートなにゃーこ、ふかふかの土、南瓜・茄子・葱・向日葵・里芋・胡瓜、オレンジ色の夕焼け雲はお母さん・・ちぎり絵と詩のような温かな文章の絵本です。

○「なにごとも　じぶんでおぼえるが　かんじん」　こちら、ねこのごんごんは、広島で被爆後、還暦過ぎて絵筆をとった大道あやさんによる絵本。ごんごんは、ちょんという先輩猫に生きる術を教わり成長します。庭の他の動物たちも個性的、背景の植物も含め頁いっぱいに色彩と生命力溢れ、生と死が飄々と語られる名作。絶版なので図書館でご覧ください。

（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）

＊野菜ともだち通信は今回が最終号になります。今までのご愛読をありがとうございました。