



玉葱の収穫

今年の玉ねぎは冬の寒さで茎葉が大きくなり  
小ぶりのものが多くなりました。  
生で食べても辛くなく美味しく出来ました。

お届けの野菜 ○坊主知らず葱○かぶ○人参(人参の葉はかき揚げ・ふりかけ・スープのだし等に)  
○ロメインレタス○セロリ(有機なので味も香りも濃いです。)  
○ミニ白菜(サラダにもできます。)

## 簡単レシピ

☆やみつきセロリ 調味料 塩小さじ1/3 こしょう少々 ごま油大さじ1 レモン汁小さじ1

手順1セロリは筋をとり、2mm幅に斜めに切る。2保存袋にセロリを入れて、☆を加え、よく揉み込む。  
32の空気をしっかりと抜いて閉じ、冷蔵庫で味が染み込むまで2時間おく。(DELISH KITCHENより)

## ☆セロリの葉のごま油炒め

材料セロリの葉二本分 ごま油小1 醤油小1 砂糖小1 だしの素小1 白ごま大1

作り方 ・フライパンにごま油をひき、セロリを炒め、しんなりしたら砂糖醤油だしの素をいれ汁気が飛んでかさが減ったら白ごまをあえて完成。(cookpadより)

## ☆ロメインレタスの特徴

ロメインレタスは、外葉が深い緑色で、かすかな苦みがあり、内葉は淡い緑色で甘味を持ち、葉先はやわらかく、葉脈はシャキシャキとした食感をたのしめるなど、部位により食味が異なります。全体をバランスよく使用することで、味と彩りと食感をたのしめるサラダが出来上がります。シャキシャキとした食感が残りますので、炒め物などにも向いています。(kewpieより)

\* 卵とコンソメスープに、油あげとみそ汁に、じゃが芋とマスタード和え等。

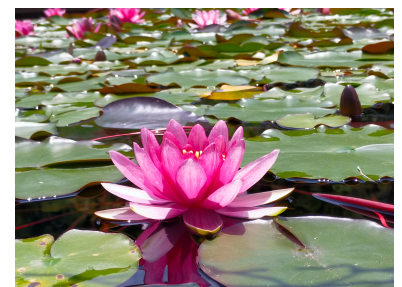
作業日誌 ごぼう・つる紫・モロヘイヤ・エンサイ・落花生の種まき、さつま芋の苗植え、キャベツ苗・サニーレタス苗・ねぎ苗・すいか苗の定植、きゅうり・インゲンの支柱立て、ナスのわき芽欠き、ブロッコリーの片付け、草取り、草刈り、耕運等。

## 野菜ともだちの声

☆「セルコ」読みました。絵も文も本当に素敵！こんなに豊かな恵みのある大地にミサイルで攻撃するなんて、本当に許せません！  
兎に角戦争が早く終わりますように。(静さん)

## 近況

房総の山歩きの帰り道、道ばたの防火水槽に沢山の睡蓮の花が咲き誇っていました。



みごとな睡蓮

6/9 (木) 葱・大根・玉葱・リーフレタス・キャベツなど

一苦手の野菜や傷みがあって取り替えて欲しい野菜がありましたらご連絡いただくと助かります。一