



横芝光町の実家に帰る途中、小高い丘の上に坂田城跡（戦国時代の城郭）があります。狭い階段を登りきると平らな土地にたくさんの梅の木が植えられていました。三分咲きでちょうど見ごろでした。天空の梅まつりとして期間中の土日祝日はイベントや販売もあるそうです。（2/14 水曜日）

お届けの野菜 ひとみ人参・大根・ブロッコリー・ほうれん草・春菊・葱

簡単レシピ 春菊のごまあえ…生の葉と軽くゆがいた茎の二つの食感が楽しめる。

<主な材料> (4人分) 春菊1袋(約150g) ▽あえ衣(白ごま大さじ3、カツオだし・しょうゆ各小さじ2、みりん大さじ1、塩ひとつまみ)

<作り方>

- ① 春菊は手で葉と茎に分けておく。茎は好みの硬さに湯がき、葉は食べやすい大きさにちぎり全体をざっくり混ぜ合わせておく。
- ② 白ごまをすり鉢で半ずりにする。あえ衣の他の調味料と合わせる。
- ③ ①を②であえ、器に盛っていただく。

*胡麻油との相性があるのでナムルもいいです。(レストラン専門青果店「築地御厨」店主)

作業日誌

葱・ロマネスコ・スナップエンドウ・茎ブロッコリーの種をトレイにまく、レタスの床づくり、ネットの片付け、マルチをはがす、じゃが芋畑用に牛糞をまく等。

畑だより

暖かな日が続いたのでハウスの中の春菊の背丈が伸びてきました。菜花も茎が伸びて油断すると花が咲いてしまいそう。ブロッコリーも大きくなり、脇芽も出ています。今日(2/18)は初めてアカタテハチョウが舞っていました。ツグミとセキレイとカラスが畑で何かえさになるものを見つけてついばんでいます。

ご紹介 パン工房 ホルンさん

土曜日と日曜日に野菜を置かせて頂いている鎌ヶ谷市栗野にあるパン工房ホルンさん。あんやクリームや惣菜などをたっぷり入れたパンは満足感いっぱいになります。

「真面目で一生懸命でふざけています。」とおっしゃるユニークな店長の飯野さんは まあるい眼鏡をかけ、お客様と楽しく交流しています。

今回初めて横浜のパンフェスタに出店される事になりました(3/1 金のみ)。出品するパンは「**菜花とベーコンのフォカッチ**」。おいしいパンで野菜を食べよう。あらき農園直送の千葉県産無農薬菜花とペッパーベーコンのフォカッチャ。

横浜にお出かけの際はお寄りください。また鎌ヶ谷のお店にもどうぞお出かけください。(あらき)



3/14 (木) ブロッコリーの脇芽・つぼみ菜・人参・葱等

野菜の傷みや代えて欲しい野菜がありましたらご連絡頂けると助かります。