

いつもお世話になります。

各集落では、時期的に、これから収穫出来る野菜の種類が少なくなって来ており、皆様にお届けする野菜の品数も限られてきますが、集落内で栽培されておられる方々で持ち寄られたりして融通され何とか継続させていただけるよう考えていただいております。

皆様におかれましてはしばらくの間、多種類の野菜ができる5月頃まで、ご辛抱いただくことになるかと思いますがご理解いただけますようよろしくお願いいたします。

来年度には、いろいろ工夫して野菜類の乾物(干し野菜、ワラビ、ぜんまい等)や貯蔵性の高い作物(サツマイモ、アズキ、ヤマノイモ、玉葱等)をお入れしたいと思いますので楽しみにして頂けると幸いです。

西河内地区

幼馴染のお友達と、「今年の何を作ろうか」と話しをされておられるのも楽しみの一つで話が弾んでおります。



仲良し「ふるさと野菜」メンバー



寒さで締まって美味しくなった野菜たち

長瀬地区

唯一、加工の許可を取られているいろいろな農産加工を手掛けられて、元気で明るい頼りがいのある「山口」さんです。

* 野菜が少ない間は山口さんの協力で加工食品を取り混ぜてお届けさせていただきます。



私に任せておいてー！



長瀬のバス停



5月に収穫できる玉葱



殆ど農薬を使わず、有機質をふんだんに使って、寒さに当って甘く美味しくなった野菜たち、

野菜一口メモ【フキノトウ】

春の便りの、ほろ苦い味わいが魅力の「フキノトウ」が出始めます。

フキノトウは、わが国最古の野菜の一つにあげられます。

栄養分としてはビタミン類やカルシウム・カリウムなどのミネラルが豊富に含まれており、健胃、浄血、毒消し、せき止め、たんきりや食物繊維もあるため便秘にもよいようです。

料理方法は、根元を薄く切り落とし、外の堅い外包を数枚取り除きさっと茹でます。

茹でたものは佃煮や和え物、味噌汁などにします。あくの強い時は重曹を入れて、茹で上げて水でさらしたのち、使います。また、生のまま天ぷらにしても美味しいです。

南丹市美山町大野(お世話係 高畑さんから)

大野ダム売店付近で、大野農産加工グループの皆さんが「ふるさと茶屋」を2月1日～3月8日までオープンいたします。地元の野菜や、お餅などを販売いたしますので、是非お立ち寄り下さい。

毎週日曜日の午前9時～午後1時まで

http://www.ohnodam.com/main_sinkokai.html

大野振興会は平成13年4月に設立され、目的は美山町大野の特色ある地域振興策の樹立と実践、出前行政の推進(住民の利便確保対策)、人づくりの実践を目指しております。

お気軽にお声をお掛け下さい。

写真は、家の庭に咲いていた「ふきのとう」です。

天ぷらにして田楽味噌につけて食べて頂くとおいしいです。

4月下旬頃わらび・ぜんまいなどが、送れると思います。



ご参加・ご意見・お問い合わせは下記まで

〒621-0008 京都府亀岡市馬路町狐瀬 20-1

TEL0771-24-7878

FAX0771-24-7885

ふるさと野菜のおすそ分け事務局

(有)篠ファーム内

ご購入参加者 2 / 19 現在 85 名

e-mail info@shinofarm.jp

ふるさと野菜のおすそ分け通信は右記のホームページでもご覧いただけます。 <http://www.shinofarm.jp>