

# ふるさと野菜のおすそ分け 通信 vol.76 2012.1.26号

今年は、昨年ほど雪が降りませんが、なぜか寒さが身に染みる今日この頃ですが、皆様におかれましては如何お過ごしでしょうか。

そろそろ、ふるさと集落で栽培されている品数が減ってきて、ご不自由をお掛けいたしますが、集落のお年寄りの方々も昔から旬の限られた野菜を工夫して美味しく食べられております。

また、今の時期の野菜は、根菜類や葉菜類がメインですが、凍らせないために、今まで蓄えてきた澱粉を糖類に変えていくため、どんどん甘みが出る頃ですので、皆様にも味わっていただけたら、きっと美味しいと感じていただけるものと思います。

我が家も時々この時期になりますと、大根の風呂吹きで、柚子味噌を塗って食べたり、特に寒い時は昆布だしで湯豆腐にして、白菜をたっぷり入れ、ポン酢で頂きます。

体もぬくもりますし、野菜が主体ですので満腹にとっても、消化吸収がよいので、健康にはとてもよいのではないかと考えております。

長瀬地区(通信員 和久田さん)



絵本の中にあるような・・・昔話に出てくるような懐かしい景色です。



雪解け水は由良川の大きな川へと誘います。



杉の木も雪の花を咲かせたようです。



長瀬の田畑を潤す池 寒水をなみなみと湛え春の田作りに備えます



雪が田畑を染め 素敵な景色をかもし出します。

ご参加・ご意見・お問い合わせは下記まで ふるさと野菜のおすそ分け事務局

〒621-0008 京都府亀岡市馬路町狐瀬 20-1 (有)篠ファーム内 **購入参加者 1/19 現在 63名**

TEL0771-24-7878 FAX0771-24-7885 e-mail [info@shinofarm.jp](mailto: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/furusato.htm>

地域の方に、お手紙などをお届けされたい場合は、事務局にお届け頂けましたら、責任を持ってお渡しいたします。また、おところが分かる方は直接お送りください。