

よやく・る 野菜セットニュース 11 週

やさいニュースでは皆さんにアンケートでのご協力をお願いしています。お届けした野菜の品質の良し悪しの評価と苦情は生産者に返します。やさいBOXへの意見、苦情は、この紙面で紹介していきます。皆さんの意見を元に生産者共々、より満足していただけるやさいBOXを目指します。

◆プロッコリーが配達された時点で先が黄色くなっており、水につけるとボロボロと落ちました。スーパーで購入していた時は、しばらく時間が経つとこうなっていた為、あまり新鮮さが感じられませんでした。茎の部分も水分が抜けてパサパサしていました。 大阪 平野支所

◆白ねぎが甘くて瑞々しくて美味しすぎて驚きました。息子に鍋を作って、味見してびっくりして、いつもは「肉いっぱい入っているよ～」と言うのですが「今日の鍋は白ねぎが美味しいよ～」と思わず言ってしまいました。野菜を「おいしい」と本気で感じて食べる我が子を見てありがたかったです。 大阪 茨木支所

◆セロリ…何となく口にすることがなかったし、買う事がなかった野菜でした。でも菜食ファームさんのセロリ…ものすごく美味しくびっくり!! あっと言う間にサラダで塩かけて食べてしまいました。本当に美味しかったです!!

都市 西宮センター

◆まるまる大きなキャベツが届いて嬉しかったです。細切りにして、塩こうじとゴマ油でキャベツのナムルにしました。甘くてとってもおいしかったです。スーパーで買う時は大きくて持って帰れないので、野菜セットで届いてよかったです。

都市 西宮センター



◆毎週、おいしいお野菜、楽しみにしています。ですが、2週連続“水菜”だと子供も食べないので正直キツイです。(笑)可能であれば間隔を空けて頂けると嬉しいです。 都市 名谷センター

◆アレッタが入っていて、とても嬉しくなりました。年末、仕事の納会食事で初めて頂きました。その美味しさに感動したけど、きっとお高いのだろうし、普通のスーパーでお目にかかれそうにないな・・・とあきらめていたら・・・!! オリーブオイルでソテーして塩こしょうで頂きました。毎週、楽しみに野菜セットを待っています。「さつまいも」楽しみです。皆様、大変な酷環境の中、頭が下がります。いつも感謝して頂いています。 都市 名谷センター

◆“葉にんにく”早速天ぷらにして頂きました。とても美味しかったです。かぶらもおいしかったです。このところ、これまでになかった野菜がたくさん入ってきてすごく嬉しくおもいます。 都市 西宮センター

◆カットされた白菜は使いづらい&足が速いです・・・ミニセットだから 1/2 個ですか? できるだけ丸っぽ欲しいです。水曜→日曜には、もう芯が茶色くヌルってました。丸っぽだと2週間は保ちますよね??

京都 上鳥羽センター

白菜について、ミニセットには「ミニ白菜」「白菜カット」のどちらかがセットされます。できるだけ丸のままお届けしたいので収穫量のある限り「ミニ白菜」をお届けしていますが、収穫がない場合はカットでのお届けとなっています。「白菜カット」についてご意見がありましたら是非ともお聞かせ下さい。お待ちしております。

【お野菜メモ】～葉ごぼう～

<特徴>

「葉ごぼう」とは、若いごぼうの葉と長い葉柄(茎・軸)、そして小さな根が付いたごぼうのことです。葉は直径が20cmほどで、茎は30～50cmと長く、一見すると「フキ」のような姿。また茎の先には小さなごぼうがあり、これらすべてを食べることができます。

茎はシャキッとした食感でクセは少なく、お浸しや炒め物、揚げ物などに利用します。葉はほろ苦さがあるので、佃煮など濃い味付けのものに。根は小さいですが普通のごぼうと同じように扱えます。代表的な葉ごぼうに、大阪の「八尾若ごぼう」があります。ちなみに葉ごぼうを食べる習慣があるのは関西圏で、関東では出回っていません。

<調理の豆知識>

まず葉と茎(葉柄)、根を切り分けてアク抜きをします。葉は苦味が強いため、さっと下ゆでしてから刻んで、30分～1時間ほど水にさらしておきましょう。茎と根は、カットして10分ほど水につけておけばOKです。茎と根はかき揚げやきんぴら、煮物、炊き込みご飯、和え物などいろいろな料理に使えます。葉は佃煮や和え物などに向いています。

<保存方法>

乾燥が進まないよう新聞紙で包んで冷暗所で保存します。すぐに使わないときは、葉、茎、根を切り分けて、それぞれを軽く湿らせた新聞紙で包み、ポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室で保存しておくとい良いでしょう。保存の目安は2～3日です。