



もぐもぐ通信

vol.37 2012年7月

〒729-4305 三次市三良坂町長田 532-5 もぐもぐ農園 浜井陽一

tel/fax:050-5524-7744

mogumogu@p1.pionet.ne.jp

おかげさまで丸3年たちました！

初出荷の感動は今でも忘れられません。売るあてもないまま沢山植えていた野菜が一気に収穫時期になり、慌てて知り合いになったばかりのお店さんをお願いしました。お届けしたところ、2千円いただくことができました。自分の野菜が初めてお金になった瞬間です。これは会社で初任給いただいた時より、はるかに嬉しかったですね～。これを積み上げれば生活できるようになるかも…。そして、宅配で取っていただけないか、知り合いの方々へお願いしました。徐々に口コミで広がって、今は70軒のお宅にお届けさせていただいています。支えて下さっている皆さまには本当に感謝しております。始めた時より品質は少しましになってきたと思うのですが、まだ十分ではない、と自覚しております。さらに精進していきたいと思っておりますので、今後ともどうぞよろしくお願いします。



3周年を記念してレシピ集を作ります。(※3回に分けてお送りします)

通信を書く上で、一番頭を悩ませるのが、実はこのレシピです。新聞や料理本で良さそうなのを私が見つけたら、奥さんに作ってもらいます。二人とも納得できれば採用、いまいちであれば、また探します。「野菜の良さをいかした簡単でおいしい料理」をコンセプトに選んできたつもりです。分量は参考程度にして、自分なりにアレンジして活用していただければ幸いです。なお、これを機会に「今月の」ではなく「おすすめレシピ」という名前に変更します。その野菜を1ヶ月間出荷し続けると品質が悪くなる場合があるからです。これからはレシピの野菜が必ずしも入っていない場合もあることをご理解下さい。

アヤゴンのひとりごと



梅雨ですね…個人的に雨の日好きです。空気が洗い流されてる感じとか、しとしとシットルした雨音とか。昔、パリに旅行した時、雨音を奏でる楽器を見つけて、即購入！2mほどの竹筒の内側に釘が何かうってあって、貝殻のようなものが入ってる。名前はわかりませんが、筒を持って上下左右こゆったり動かすと、雨がサーッと優しく降る音がするんです。心落ち着きますよ(*_*) そんな悠長なことって…でも…部屋干しされて山積みになった洗濯物を見ると…(+_+) きゃ〜〜(ToT)

おすすめレシピ



干しきゅうり

- ① きゅうりを洗って水けをふき取り、5mm～8mm幅に輪切りします。半日～1日ほどしんなりするまで干します。途中一度、ひっくり返すと良いです。
 - ② ①を油でさっと炒め、塩を少々ふると、絶品おつまみの完成です。
- ◎きゅうりを干すと青臭さが消え、うまみと甘みが増します。こりこりとした食感で、そのままでもおいしいです。色んな野菜でも試してみてください。

今月の野菜

たまねぎ、キャベツ、じゃがいも、インゲン豆、ズッキーニ、韓国かぼちゃ、きゅうり、人参、トマト、なす、ピーマン、島おくら、おかひじき、赤毛瓜

来月予定の野菜

きゅうり、トマト、なす、ピーマン、島おくら、かぼちゃ、ズッキーニ、韓国かぼちゃ、そうめんうり、赤毛瓜、玉ねぎ、じゃがいも