

そのやま農園旬野菜Mセット

【人参、玉ねぎ、じゃが芋、キュウリ、トマト、ゴーヤ、ナス、ニラ、ニンニク】



トマトの出荷が最盛期を迎えています。例年であれば梅雨で元気がなくなったり病気が入ってだめになることが多いですが、今年は空梅雨だったこともあり好調を維持しています。

ただ気温が上がってくると受精能力が落ちるため、花が咲いても実がならないというのが増えてきます。ホルモン剤をかければ悪条件でも受精す

ることができますが、有機農業では自然に任せるといのが基本スタンスなので天候任せ、花粉を運ぶのも虫や風任せです。

シンプルに食べる時はスライスしてオリーブオイルと塩だけです。たっぷりのニンニクと玉ねぎをみじん切りで炒めてその上に乗せて、イタリアンパセリをちらせばごちそうの出来上がりです【写真】。

暑い夏は体を冷やすトマトやキュウリなど、旬の野菜をしっかり食べて、夏バテを予防しましょう！



平成29年7月25日