

【そのやま農園旬野菜Mセット】

ほうれん草、じゃが芋、大根、人参、春菊、小松菜、こぶ高菜、ごぼう、深ネギ
(杉村農園)



今日はぽかぽか陽気で春のようです。厳しい寒さから一気に気温が上がったので、これから野菜のとうだちが起きてくると思います。植物は気温の変化を敏感に感じ取るので、子孫を残そうと花芽をつけるようになります。寒いうちは土にべったりついていた野菜が上に向かって伸びていく感じ【2月11日撮影のほうれん草。気温の変化を感じ

て上に向いています】。そこで花芽をつけて花を咲かせ、種をつけて落とします。収穫は急かされますが、春の訪れを感じる季節です。

こぶ高菜は刻んで炒めるのがおすすめです。ちりめんや豚肉とともにどうぞ。ごぼうが久しぶりに登場しました。新ゴボウというわけではなくて、秋にとれたものを貯蔵していたものになります。細いのでそのままの太さで煮物や炒め物のほか、酢ごぼうも使いやすいと思います。小松菜は焼き海苔と合わせて和え物はいかがでしょうか。

寒さが残る花粉症の季節。冬野菜を食べて免疫力をつけましょう！

平成30年2月20日

～美味しい野菜がいい野菜～

農業生産法人そのやま農園株式会社

代表取締役 園山 宗光

〒890-0033 鹿児島市西別府町 2794-181