

【そのやま農園旬野菜Mセット】

ほうれん草、じゃが芋、人参、ゴボウ、春菊、のらぼう菜、九条ネギ(杉村農園)、
葉玉ねぎ(前園農園)、スナップエンドウ(前園農園)



寒かった2月が終わり、3月に入りました。ぽかぽか陽気が続いているため、葉野菜を中心に生育が良くなってきています。春になると冬野菜が終わってしまうので、野菜が品薄になります。そんな時に活躍するのが「つなぎ野菜」です。5月になってカブや新大根、「新」葉野菜が出てくるまでの間をつないでくれる野菜は重要です。そのひとつ、のらぼう

菜は冬野菜がとうだちしていく中で、そもそもがトウ立ちした茎を食べていくようなものですから、この季節にはぴったりです。炒め物やゴマ和えがおすすめです。スナップエンドウはさやのまま4分ほど塩ゆでしてください。

写真は直営レストラン「森のかぞく」のランチで、前菜のあとに出てくるもちもち玄米ごはんと具だくさん味噌汁、それに魚かお肉のメイン料理となっています。毎回のみそ汁の具材にはその時に採れた葉野菜をたっぷり入れています。

平成30年3月9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