

おすすめ野菜フェア10月(期間2日~17日)は・・・



カボチャ

とれたて市場で販売中

サツマイモ



カボチャ生産者のご紹介!

有賀弘和(あるがひろかず)さんです

- ◆カボチャは直射日光が嫌い?
直射日光を浴びると、実が割れたり焼けて腐るそうです(°Д°)
- ◆葉っぱは大きい方がいい?
日光を遮ってくれるので、大きい方がいいんですって。今年は雨が多かったので葉っぱが大きく育ちました。

変わった形の
カボチャも試してみます



紅あずまは
ほくほくして
甘みがありますよ



サツマイモ生産者のご紹介!

白澤京子(しらさわきょうこ)さんです

- ◆雨が多かった影響はあった?
傾斜地のため、雨で土が流れていき芋がむき出しになった。土を足したが、土が流れなかった部分に比べ芋が大きくならなかったそう
- ◆サツマイモのツルは食べられる?
一度ゆでこぼしてから、油で炒めてみりん・醤油などで甘辛く味付けします。
シャキシャキした食感がくせになります♪

HALLOWEEN

みはらしファームで
カボチャ・さつまいもを食べてみよう!

☆トマトの木☆

かぼちゃグラタン

☆麦の家☆

かぼちゃのベーグル



☆名人亭☆

かぼちゃの天ぷら

