



「あらき農園の野菜が好きで、日曜日にお手伝いに来ています。」と阿久根さん。

畑で押し花にできる花や草を見つけると嬉しそうに摘んでいきます。

自然の素材を生かし丁寧に創りあげる阿久根さんの作品に出合えるのをいつも楽しみにしています。

カワラハハコグサで (阿久根容子作)

**お届けの野菜 葱・ほうれん草・大根・ひとみ人参・伯爵南瓜**

白菜 (遅くまいた白菜なので開き気味ですがよろしくお願ひします。生でも食べられます。)

\*野菜ともだちの島谷さんからいただいたローリエをおまけに入れました!

## 簡単レシピ ♡にんじんラペ

<材料>人参 2本 レーズン 15g

<調味料>酢 大さじ4 オリーブオイル 大さじ2

砂糖 大さじ1 塩 少々 こしょう 少々

<手順>①人参は皮をむき、スライスします。

②①に調味料とレーズンを入れます。

③混ぜ合わせて盛り付けたら完成です。(クラシルより)



## 主な作業

今年畑に一番先に蒔いたのは人参で5月末にできます。次に蒔いたのは大根とカブで5月にできます。3番目に蒔いたのは小松菜とサラダ関係で3月末頃できます。寒い時期なので不織布をベタがけにしてビニールトンネルで覆いました。3列の野菜たちが健やかに育ちますように。

小松菜の種まき

## 野菜ともだちの声

- ・ぐちゃぐちゃ遊びの体験会で、皆様にあらき農園の話をして人参をお配りしました。見本で二股になっていた可愛い人参をみせたら、子ども達も保護者もとても興味津々でした。そしてうち1人の女の子がその人参を気に入ってくれて、帰りに各家庭に2本ずつあった人参と別に、二股の人参も嬉しそうに抱えて帰りました。また機会があったら、教室でもお野菜紹介したいなと思いました。(鎌ヶ谷で親子教室を主宰する荒山さん)
- ・あらきさんのひとみ人参は香りが良くて色が良くて甘い! 煮る時は大きめに切った方が食べ応えがあって美味しい! (君江さん)



オモシロ人参

2/3 (月) 葱・春菊・人参等

野菜の傷みや苦手な野菜なので別の野菜にとのご要望がありましたらご連絡ください。