# 「生活クラブ農園・あきる野」共同購入取り組み予定野菜

## とれたて野菜を配達便でお届け!

| 品目 | 品種 | 税別 | 組合員価格（税込み） | 出荷荷姿 | 取組期間 | 品種の特徴・用途 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ミニレタス | **＊マノア** | ¥160 | ¥172.80 | 個　袋 | 4月下旬～<br>5月下旬 | 固定種。歯ざわりよく、色も味もさわやかな半結球ミニレタス。<br>葉質は歯切れよく、外葉も盛り付けに利用できる、サラダ用野菜。 |
| 小型大根 | **味短歌** | ¥150 | ¥162.00 | 袋　1本入 | 5月中旬～<br>6月中旬 | 肉質は緻密で甘みが強く、根形は短めの円筒形、根長20cm前後でお手頃<br>サイズです。サラダ、おろし、ツマ、煮物などに。 |
| カブ | **あやめ雪** | ¥230 | ¥248.40 | 袋　500g | 5月上旬～<br>下旬 | 皮が紫色と白色のグラデーションになっている小かぶ。果肉は甘みが強く、<br>緻密でやわらかいので生食に最適。 |
| ちりめん白菜 | **★シントリ菜** | ¥250 | ¥270.00 | 袋　300g | 4月下旬～<br>5月中旬 | 江戸東京野菜。葉の下部分は白く、上部はちりめん状のしわがあり、<br>きれいな黄緑色。若採りのため葉が柔らかい。芯の部分が白菜よりも<br>シャキシャキした食感をしている。味噌汁、中華スープ、お浸し、炒め物、<br>サラダなど。 |
| 山東菜 | **★東京べかな** | ¥250 | ¥270.00 | 袋　300g | 4月下旬～5月 | 明治時代の初期に山東菜が中国山東省から導入された。導入当初は、<br>江戸川では大型の山東菜を栽培していた。その中で若採りの山東菜を<br>べか菜と呼んでいた。葉が小さくて柔らかいときは生食用でサラダに、<br>株が育って少し固くなってきたら漬物にしたり、茹でたり、炒めたりして<br>食べても美味しい。 |
| 馬鈴薯 | **＊男爵** | ¥270 | ¥291.60 | 袋　700g | 5月下旬～<br>6月下旬 | 果肉は白っぽく粉質で、加熱するとホクホクした食感に仕上がります。<br>じゃがいも特有の香りが強いものの、煮ると崩れやすい品種なので、<br>ポテトサラダ、コロッケ、マッシュポテトなど、加熱しつぶして使う<br>調理に向いています。 |
| 馬鈴薯 | **＊メークイーン** | ¥270 | ¥291.60 | 袋　700g | 5月下旬～<br>6月下旬 | しっとりとした食感で煮くずれが少ないのが特徴です。炒め物、カレー・<br>シチューなどの煮物、揚げ物など、いもの形を残したい料理に向いています。 |
| 馬鈴薯 | **＊キタアカリ** | ¥270 | ¥291.60 | 袋　700g | 5月下旬～<br>6月下旬 | 果肉は男爵よりも黄色く、加熱するとホクホクした食感に仕上がります。<br>粉質なので、男爵と同様にポテトサラダ、コロッケ、マッシュポテトなど、<br>加熱しつぶして使う調理に向いています。 |
| 赤玉ねぎ | **＊湘南レッド** | ¥242 | ¥261.36 | 袋　500g | 5月下旬～<br>6月下旬 | 鮮やかな赤紫色で、華やかな色合いとシャキシャキとした歯触り。<br>辛みが少なく、甘みと水分が多い、生食用赤玉ねぎ。 |
| 玉ねぎ | **＊泉州甲黄高** | ¥242 | ¥261.36 | 袋　500g | 5月下旬～<br>6月下旬 | やわらかく、みずみずしく、甘みなある。旨味成分が多く含まれているので、<br>肉などと一緒に油炒めとしたり、煮食に最適。 |
| なす | **★寺島なす** | ¥230 | ¥248.40 | 袋　3本 | 6月下旬～<br>9月上旬 | 江戸東京野菜。普通のなすより小ぶりで、硬く実がしまっていて、甘みが強く、<br>濃い味わい。漬け物、油とも相性が良いので、油炒めに。揚げ浸し、マリネ、<br>素揚げにしてハンバーグやカレーなどのトッピング、グラタン、豚肉との<br>生姜焼きに。【直営農場にて自家採種】 |
| かぼちゃ | **★内藤カボチャ** | ¥446 | ¥481.68 | 個 | 8月下旬～<br>9月中旬 | 江戸東京野菜。水分が多くねっとりした食感、自然な甘みが特徴の<br>日本カボチャ。だしの味とよく合うので、煮ものに向く。焼いたり、<br>天ぷらもおすすめ。蒸す料理、ピクルス、炒めもの、サラダ、スープ、<br>揚げもの、お菓子などに。【直営農場にて自家採種】 |
| 甘とうがらし | **＊伏見甘長とうがらし** | ¥210 | ¥226.80 | 袋　100g | 7月下旬～<br>9月上旬 | 京都の伝統野菜で、「ひもとう」や「伏見とうがらし」とも呼ばれています。<br>いわゆるとうがらしのような辛味はなく、さわやかな風味と甘みがあります。<br>長さ10～15cm程の細長い形状です。おすすめは、素焼きにして、<br>かつお節としょう油をかけて。炒め物、煮物、てんぷらなどにも向いています。 |
| おくら | **★八丈オクラ** | ¥210 | ¥226.80 | 袋　5本 | 7月中旬～<br>8月下旬 | 通常のオクラよりも大きめで、やわらかくほんのりとした甘味があります。<br>さやに角がなく、断面は星形ではなく丸みを帯びているのが特徴。<br>生のままサラダに、サッと軽くゆでて輪切りにしたものにカツオ節をかけて。<br>和え物や炒め物、揚げ物などにも。【直営農場にて自家採種】 |

❑全ての取り組み品目は無農薬・無化学肥料栽培を基本としています。
❑品種名左の「＊」は固定種、「★＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿」は江戸東京野菜です。
❑価格は月によって変わる場合があるため、暫定の組合員価格です。
❑天候や作柄によっては使用価値に問題のない規格（生活クラブの出荷規格より小さい場合）や小容量企画などを取組みすることがあります。