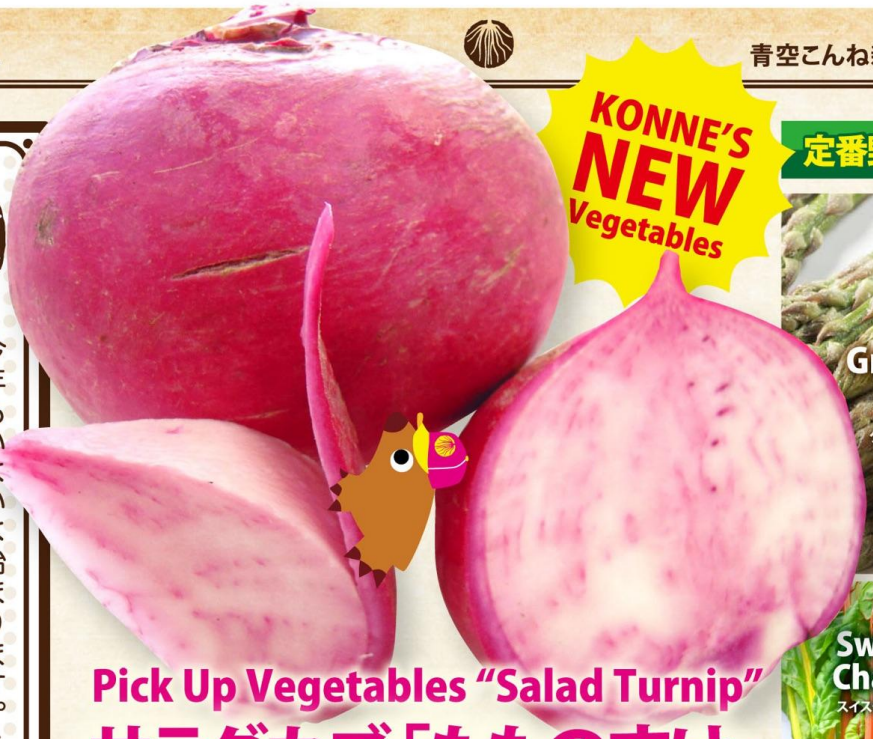
青空こんね新聞

今年もいよいよ始まります。こんねやさいの新たな挑戦！



KONNE'S NEW Vegetables

定番野菜（4月中旬以降収穫可能）

Pick Up Vegetables “Salad Turnip”
サラダカブ「ももすけ」

手で簡単に皮がむけるのが特徴なサラダカブ。見た目のピンク色や食感はまるでピーチなようです。肉質が柔らかくジューシーで甘いのでサラダとして生で食べるのがおススメです。

The vegetables I challenge newly this year and popular basic vegetables 2017!!!
今年新たにチャレンジする野菜と人気の定番野菜たち

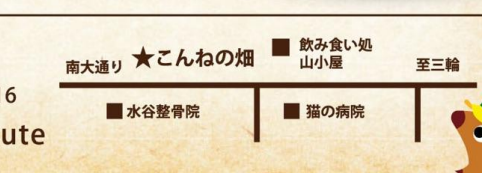
昨年人気だったグリーンアスパラやホワイトアスパラ・トマト・みさきキャベツなどはもちろん、昨年の悪天候でほとんど収穫が出来なかったとうきびやじゃがいも、白菜などにも再チャレンジしていきます。そして新たに挑戦をするのは塩味が特徴のアイスプラント、北海道では珍しいそら豆、まるでピーチのような食感のサラダカブももものすけ、どれも珍しい野菜なので是非ご賞味ください。今回はサラダカブをピックアップします。

The first challenge! The mushroom cultivation I'll try!
初挑戦！やってみよう！原木きのこ栽培！

今回初めてチャレンジするきのこは、しいたけ・ひらたけ・なめこ・えのきと全部で 4 種類。用意した原木にきのこ菌を植え付けていくといった作業を皆で行いました。あらかじめ原木にドリルで穴を開け、その穴にコルク状のきのこ菌を入れトンカチで菌を叩いていきます。いつもと違う作業に皆とても楽しそうに取り組んでいました。収穫まで 1 年半〜2 年かかるとのことなので気長に待っていようと思います。

収穫は1〜2年後お楽しみに!

みんなの畑
こんね
TOMUTE' S SMILE PROJECT
Copyright © 2014 TOMUTE NO MORI. All rights reserved.
北海道北見市公園町 166 番 25
TEL：0157-32-8715 ／ FAX：0157-32-8716
http://www12.plala.or.jp/tomute



こんねNews

The friends of a Farm of KONNE

最近こんねの畑であったあんな事、こんな事をご紹介致します。

一致団結！こんねのハウス完成！

今季雪が少なかったもののハウス周辺の除雪は必要不可欠。除雪から始まり冬に備えて固定していた資材道具の片づけ、30m あるビニールを広げたり、針金でビニールを留めて行ったりと様々な作業に取り組んでいました。寒い中皆とてもよく頑張りました◎

みんな大変良く頑張りました!!◎◎◎

みんな大変良く頑張りました!!◎◎◎

今年で３年目！美幌での作業開始！

美幌ハウス内でのポットの土入れ作業も今年で 3 年目を迎えました。皆慣れた手つきで指示が無くても自分から進んで作業に取り掛かっています。今年の目標は去年の倍近くの 3000 個!! この様子だと優に目標達成しそうな勢いです。頼もしい限りです。

ちずこの Let's Cooking ここでもう一品

CHIZUKO'S Speciality Recipe

「彩りボリュームサンド」

お野菜たっぷり！ボリューム満点の彩りサンドです。これからの行楽の季節にぴったりのメニューですよ。

彩りボリュームサンド【材料（1 人分）】

- ■食パン（6 枚切）……2 枚
- ■ゆ で 卵 ……1 個
- ■サラダほうれん草……1/4 パック
- ■きゅうり ……1/3 本
- ■キャベツ ……40g
- ■人　　参……20g
- ■ハ　　ム……2 枚
- ■スライスチーズ……1 枚
- ■マーガリン（パンにぬり用）…適量
- ■マヨネーズ ……大さじ 1
- ■粒マスタード……小さじ 1/2
- ■黒こしょう ……少々

①サラダほうれん草は根元を切り落とし長さを半分に切る。きゅうりはななめうす切りにしておく。キャベツと人参は千切りにし、マヨネーズ、粒マスタード、黒こしょうを加え混ぜ合わせておく。ゆで卵は殻をむき半分に切っておく。

②オーブントースターでパンを両面軽く焼き、それぞれ片面にマーガリンをぬっておく。

③マーガリンをぬった面にハムを 1 枚ずつのせ、もう片方のパンにチーズと①の具材をのせていく。最後にもう 1 枚のパンをのせラップできっちり巻く。

④ラップごと半分に切って出来上がり。

KONNE'S Fresh Vegetables
こんねのやさい は以下のお店で購入出来ます。

手作り雑果専門店 SAI（サイ）
〒090-0838 北海道北見市西三輪 3 丁目 746 番地 27
【営業時間】水～土曜日／10:30～17:00【電話番号】0157-33-5025
facebook

ベーカリーカフェ LOAF（ローフ）
〒090-0015 北海道北見市公園町 166-29
【営業時間】10:00 ～ 18:00【定休日】毎週月＆火曜日【電話番号】0157-22-8772
facebook