

もぐハグ便へのご支援・ご協力ありがとうございます

☆本日お届けしたお野菜☆

岸本 信之 様より ピーマン なす

竹本 和郎 様より 水菜 チンゲン菜 からし菜 大根 かぼちゃ
さつまいも 冬瓜 里芋 じゃがいも ゴーヤ

鍋谷 一雄 様・礼子 様より 伏見甘長とうがらし

吉本 正広 様より なす いんげん豆 人参 大根 里芋

小崎 様より みかん



☆匿名の方からお米をいただきました!

☆おてらおやつクラブ様を通じて

光林寺 様・浄土寺 様より お菓子

法雲寺 様より お菓子・保存食

☆こども宅食応援団様を通じて

UHA味覚糖 様より 飴、グミ (※SNS等への掲載ご遠慮ください※)

☆キレイキレイ薬用ハンドジェル… ライオン株式会社様よりご提供いただき、
毎月ご家庭に1本ずつお届けしています。

ご提供いただいた品物は、各ご家庭に分けてお届けしました。
皆様のご支援ありがとうございます!

農家さんのオススメレシピ

*伏見甘長とうがらし

そろそろ収穫も終わりの今の時期は実が少し固め。一度ゆがいてから味付けをすると
柔らかく食べられます! 甘辛く炊いても◎

*ヤーコン

ヤーコンは南米アンデス原産のお野菜で、健康野菜として大注目されています☆
生のままサラダに、きんぴらなどの炒め物や天ぷらに、おでんもおススメです!

*からし菜

葉にピリツとした辛みがあるからし菜。塩漬けにして、しんなりした葉っぱでおにぎりを
包むとめはり寿司の完成! 根元のしっかりした部分は刻んでお漬物でどうぞ☆

今回お届けした“もぐハグ便”はいかがでしたか?
次回は11月25日(木)です。

発行 社会福祉法人 吉野町社会福祉協議会
☎32-8978 ✉y-shakyo@kcn.jp

