



平成 25 年 8 月 4 日 (日)

開催場所 銀座通り南街区
(平井書店裏～銀座通り交差点)

開催時間 17時～20時



2009年10月に地産地消をモットーにあしがら地域の生産者、商店会そして小田原まちなかの活性化を願ってスタートした小田原まちなか市場。2010年8月には朝市もスタート。そして2011年8月にはあしがら地域で初の試みとして軽トラ市が・・・今年の夏で5回目の開催。なんと今回は朝市ではなく夕市！更にバージョンアップした軽トラ市・・・

美味しいものが所せましとならべられ・・・路上では楽しいパフォーマンスの数々・・・

暑～い真夏の夜のひと時を小田原まちなか市場でゆつくりと楽しんでみませんか・・・

小田原まちなか市場公式ブログ

<http://www.midori1st.com/blog.html>

なんくる農園 松本 邦裕

通信が置いてあるお店・越文さん

昨年のまちなか朝市をきっかけに、なんくる農園さんのお野菜を毎週店頭で販売させて頂くことになりました。新鮮で美味しいお野菜を届けて頂くのは本当に有難い限り。綺麗に洗われたお野菜をながめると、それまで丁寧に育てられた行程が浮かんで頭が下がります。

さて、越文は何のお店かご存知でしょうか？昭和5年から国産無添加、手造りの煮豆惣菜を製造販売しています。2年前の改装をきっかけにマクロビオティックお惣菜をとりいれ、お好みのお惣菜を選べるプリフィクスランチとお弁当をはじめました。なんくる農園さんのお野菜も使わせて頂いています。シンプルな調味料と調理法でも美味しいとご好評頂いています。また、オーサワジャパンの自然食品や無農薬米&雑穀、天然酵母パン、米粉パスタなども扱っています。お惣菜の真空パックはお中元やちょっとした贈り物に喜ばれています。数々がまとまれば配達やケータリングも致します。

またマクロビオティック料理教室も開催し、出張料理教室もやっています。お気軽にお問い合わせ下さい。

.....: 有限会社越文 :.....

<http://www.koshibun.com>

〒259-0123

神奈川県中郡二宮町二宮 832

info@koshibun.com

畑の採り忘れをみつけたら、これ幸い

「お化けキュウリの詰め物」

材料 キュウリ(太いもの) ナス ニンニク
挽き肉 鶏がらスープ(あるいは昆布とカツオ節のだし) 塩 こしょう

- ① キュウリは皮を厚めにむき、縦割りにし、長い柄のスプーンで中の種をかき出す。
- ② ナスは薄くきざみ、ニンニクはみじん切りにしてから、挽き肉と混ぜ合わせておく。味付けは塩、コショウで。
- ③ キュウリの中に②を詰める。
- ④ 底の平たい鍋にスープをはり、③を入れて煮込む。スープの量はキュウリがかぶる程度。

*たっぷりしみ出た汁に、醤油、酢、みりん、片栗粉を合わせて甘酢あんを作り、切り分けて器にもったところにかけていただきます。スープで煮込まずに、詰めたままをオーブンで蒸し焼きにしても！
(小川 夕)

【お知らせ】

●新月:7/8 ○満月:7/23
7/7「小暑」 7/23「大暑」

7月度定例会

*担当: 欠ノ上田んぼ(笹村)

7月13日(土)18:30～21:30 @尊徳記念館 302

◎大豆の会: 7/6(土)9:00～(断根、さし芽)、
7/14(日)・予備15日(畑植え付け)9:00～
【申込・問合せ】太田洋和(☎34-4429)

◎小麦の会: 7/7(日)9:30～12:00(トウミ作業)

◎お茶の会: 7/25(木) 予備日8/1(草取り)

◇小田原まちなか『プチ朝市』 @平井書店駐車場
7月14(日)、28日(日)7:30～9:30(第2・4日曜)
*詳細は「小田原まちなか市場公式ブログ」を検索♪

★小田原まちなか『軽トラ夕市』 @銀座通り南街区
8月4日(日)17:00～20:00 なんくる農園、いきごみPほか
*左上の記事をご覧ください。.....

【報告】★6/10(月)終日 小麦の会の麦刈を行いました。参加8名+ヘルプ1名。収量約300kg、小麦水分量約17%(小麦の会:青沼)

★6/29(日)9:00～11:30、お茶畑の整備を行いました。参加8名。草刈り、草取り。(お茶の会:岸)

*通信が置いてあるお店に「a ラシド」さんが加わりました。

【通信が置いてあるお店】 菜こんたん/ボタジェララ/カフェブラッサム/IN NATURAL/バックシュトゥーベ IMAYA/アイラナ/えれんな ごっそ ショップ/Capace/がらんどう/小田原邪宗門/かふえりむ/ちえのわハウス/和カフェ ChaCha/井上種苗/ハルノキ/越文/café sympa-38-/マルげん商店/a ラシド