



ギフトファーム通信 (第2号)

7月に入って暑い日が続いていますが、野菜たちはぐんぐん成長しています。
少ない量ですが楽しんでもらえたら嬉しいです。



枝豆
もうすぐ
収穫です



～浦上財団様のご支援で活動しています～

ギフトファームの活動は、浦上財団さんのご支援をいただいています。
浦上財団さんは、子どもたちや地域の福祉活動を応援している団体で、
わたしたちの野菜づくりの取り組みにも助成金を通して力を貸してくださっています。

そのおかげで、こうして皆さんに安心して安全な野菜をお届けしたり、
イベントを計画したりすることができています。

浦上財団さん、あたたかいご支援を本当にありがとうございます！

<https://www.urakamizaidan.or.jp/>



かんたんレシピ インゲン豆の肉巻き

お肉と一緒に巻いて焼くだけ！ごちそうになりますよ。

〈材料〉

- ・インゲン豆 10本くらい
- ・豚バラ肉 5～6枚（しゃぶしゃぶ用でもOK）
- ・塩こしょう 少々
- ・しょうゆ 大さじ1
- ・みりん 大さじ1 ・油 少々

〈作り方〉

- ① インゲン豆はさっと茹でて、冷ましておきます
- ② 豚肉1枚でインゲン2本をくるくる巻きます
- ③ フライパンに油をひき、中火で巻き終わりを下にして焼きます
- ④ 両面こんがり焼けたら、しょうゆとみりんを加えてからめます
- ⑤ 最後に塩こしょうで味をととのえたらできあがり♪

 お弁当のおかずにもぴったり！大人も子どもも大好きな一品です

