



この冬、漬物にチャレンジしよう！

漬物の残り汁に醤油を足してポン酢代わりにお鍋を食べても美味しいよ！

簡単！ゆず大根のお漬物

大根が美味しい季節になってきました。1本買っても食べきれない分は、漬けてみるのはいかがでしょうか？もちろん、たくさん作ってみるのも◎とってもシンプルで美味しい漬け方をお伝えします。

<大根半分(約500g)の材料>  
柚子(レモンなど別の柑橘類でも代用可)1個  
砂糖40g、塩 小さじ1、酢60ml

<作り方>  
柚子を絞り、皮は千切りに。柚子、砂糖、塩、酢を混ぜた漬け汁をタッパなどに作る。くし切りにした大根を投入。浅漬けでもしばらく漬けても、どっちも美味しい。お好みでどうぞ。

教えてくれた人  
ゆきえ

NIUファーム(北区)。FARMSTANDでも台所に立っています。

ギフトにも！

自家製加工品  
続々！

神戸の農家さんのお野菜などをみなさんにたくさんお届けするのが FARMSTAND の大きなミッションのひとつです。そのために野菜そのものだけでなく、ランチや焼き菓子、瓶詰めの商品など工夫をこらし、日々せっせと加工しています。

FARMSTAND ロゴシールの商品にご注目！

たとえば・・・

- ぬかと人参葉のふりかけ
- 塩麹(ナチュラルリズムファームさんの玄米麹使用)
- ハラペーニョの三升漬
- パクチーとシークァーサーのペースト

その他、お湯を注ぐだけで味噌汁が出来る味噌玉もじわじわと人気が出てきています。神戸の味噌、わかめ、乾燥たまねぎなど使用。

わかめを育てて、食べよう！ FARMSTANDで申し込み受付中

育てて、食べる。2回連続のワークショップです。

12/9(日) 9:30-11:30頃(株付けの日)  
2/11(日) 12:30-15:00(収穫の日)

場所: 須磨海岸  
参加費: おとな1名 ¥2,000 / こども1名 ¥500  
詳細は <http://eatlocalkobe.org/>

暮らしを豊かにするワークショップ

ふぁーむ&がーでんヒフミさんの 包丁研ぎワークショップ

12/8(土) 10:00-12:00/14:00-16:00  
参加費: 3,500円 詳細は <http://eatlocalkobe.org/>

FARMSTAND マネージャー  
Tommy Enjoy Coffee と  
楽しくコーヒーを淹れよう。

12/13(木) 16:00-17:00  
参加費: 800円5名まで(お菓子付き)

ちいさなマーケット

ルミナリエ期間中、東遊園地のマーケットはおやすみ。代わりに、ちいさなマーケットを FARMSTAND で。

12/8(土) 北坂養鶏場さん来店  
12/15(土) ただいま調整中

それぞれ 11:00-15:00 です。農家さんに会いに来てね！

## 11-12

ランチは毎日 11:30- 売り切れまで

25 SUN たえ	26 MON 乳・野菜・パン たえ	27 TUE ゆきえ	28 WED 野菜 こどもキッチン ゆきえ	29 THU 野菜 たえ	30 FRI 乳・野菜・パン たえ	1 SAT マーケット たえ
2 SUN ゆか	3 MON 乳・野菜・パン たえ	4 TUE ゆか	5 WED 野菜 こどもキッチン ゆきえ	6 THU 野菜 まちなかワークショップ ゆきえ	7 FRI 勤労感謝の日 乳・野菜・パン たえ	8 SAT 小さなマーケット たえ

- 入荷日** ... 野菜は、主に 12 時から 13 時頃に陳列。弓削牧場さんの牛乳などはお昼前、パンは夕方に到着予定。このお時間を狙ってご来店されると豊富な中からお買い物をしていただけます。
- 献立** ... その日あるお野菜で、献立を決める担当者。それぞれの個性をお楽しみください。

- こどもキッチン** ... 地域の小学生と婦人会のお母さんたちが放課後、FARMSTAND のお野菜を使って晩御飯を作って食べます。イトインコーナーがいつもより早い 17 時まで。
- マーケット** ... 東遊園地で農家さんが直接販売 (9:00-12:30)。FARMSTAND は通常通り営業 (9:00-18:00)。