

2015年度 野菜セット・お米・加工農産品・農業体験の予定表

はなあふ
http://hana-fu.com/

2015.2.3現在

	野菜セット					お米	加工品	農業体験
	葉茎菜類	根菜類	果菜類	その他				
4月	コマツナ	葉タマネギ	ラディッシュ			うるち米	玄米餅	
下旬頃、露地野菜の端境期が明ける頃。菜花・山菜類が野菜セットに入ることも。身体を細胞レベルから目覚めさせ、活性化させる葉茎菜類が中心。	ミズナ	アスパラガス	小カブ			もち米	野菜餅	
	葉ダイコン		ゴボウ				米粉	
	ナバナ							
	赤カラシナ							
	シュンギク							
	ハウレンソウ							
	ベビーリーフ							
5月	コマツナ	早生タマネギ	ラディッシュ	サヤエンドウ		うるち米	米粉	タマネギ
畑が野菜で賑わい始めます。エンドウ・ソラマメが旬。1年でこの時期しか収穫できません。間引きの根菜類の収穫が始まります。	ミズナ		葉タマネギ	グリーンピース		もち米	乾燥野菜	収穫
	ミブナ		ダイコン	ソラマメ			(ゴボウなど)	
	リーフレタス		小～中カブ					
	ハウレンソウ		葉ニンジン					
	シュンギク							
	ミブナ							
	赤カラシナ							
わさび菜								
6月	コマツナ	早生タマネギ	ダイコン	サヤエンドウ			米粉	田植え
夏ダイコン・夏ニンジンの収穫最盛期。新タマネギ・ニンニクも野菜セットに入ります。中旬は、春野菜と夏野菜の端境期。下旬頃より果菜類の収穫が始まります。	ハクサイ	ブロッコリー	小～中カブ	グリーンピース			乾燥野菜	ジャガイモ
	ミズナ	カリフラワー	新ジャガイモ	ソラマメ			野菜粉末	収穫
	ミブナ	ミブナ	ニンジン	ミニトマト			(広島菜など)	
	リーフレタス	コールラビ		ナス				
	チンゲンサイ	わさび菜		トウモロコシ				
	ハウレンソウ			インゲン				
	シュンギク			ズッキーニ				
	ハクサイ							
	キャベツ							
	広島菜							
7月	リーフレタス	早生タマネギ	ニンジン	キュウリ			米粉	夏野菜
夏の果菜類の収穫最盛期。果菜類の多くは、水分が多く身体を冷やしなからミネラルを補給し、暑さの厳しい夏の身体のバランスを整えてくれます。新ジャガが登場。	サラダ菜	コールラビ		ピーマン			乾燥野菜	の収穫
	チンゲンサイ			シシトウ			野菜粉末	田の草取
	ハウレンソウ			エダマメ			(ニンジンなど)	
	セルリー			トマト				
	ハクサイ			ミニトマト				
	キャベツ			ナス				
	クウシンサイ			オクラ				
				トウモロコシ				
				インゲン				
				ズッキーニ				
8月	ツルムラサキ	タマネギ	タマネギ	キュウリ	マクワウリ		米粉	夏野菜
お盆頃より、夏の果菜類は夏バテに！？夏の暑さに強い、中国野菜・沖縄野菜が野菜セットのレギュラーになり始めます。夏に貴重な葉野菜は栄養の宝庫。	クウシンサイ		ジャガイモ	ピーマン			乾燥野菜	の収穫
	モロヘイヤ			シシトウ			野菜粉末	
	ふだんそう			エダマメ			(夏野菜など)	
	オカノリ			トマト				
	キンジソウ			ミニトマト				
	ニラ			ナス				
				オクラ				
				ゴーヤー				
				シカクマメ				
				インゲン				

