



I·V·Aレポート

認定No.

311

ニックネーム:

ママ

タイトル:

白石さん家の白菜



秋、冬の野菜が出回っていますね。

我が家は毎日の様に野菜を食卓に出します。

これからの寒い季節は鍋にすると野菜は沢山摂れますね。

でも野菜が高い！

そんな中ファーム白石で野菜収穫体験に参加してきました。

前から直接畑にお邪魔したいなと思ってたので念願叶いました。

白石さんのユーモア交えた話のあと、白菜と里芋の収穫をしました。

白菜は生でも食べられるミニ白菜です。

里芋は“長兵衛”と面白めの名前です。

白石さんお父さんから、里芋とイカの煮物は美味しいと教えてもらいました。

そして白菜はサラダにしました。

甘くて本当に生で食べられました。

これからはキャベツ、大根が出来るそうなのでまたお邪魔する予定です♪