

今週の一言コーナー

昨日は、久々テレビのスイッチを入れ、Jasper の山火事とパリで開幕のオリンピックのニュースが繰り返され、何度も見てしまった。日本全土は、40 度近い酷暑の時、ここバンクーバーは気温が下がって 23~25°C と言うのに。目を疑うようなまさかの山火事で Jasper の町が焼失してる映像…幾多の困難と常に共にある人生に、少し心が重くなりそうな自分に、こうしてはおられない！と、ありがたい地元産の野菜最盛期に、奮起の時。2 週間前に届いた大量の海波農園からの葉野菜たちは、たくさんの皆様のご協力と 5 つの日本レストランの応援で、無事完売。その一つのレストラン Stem で、(水)久々 Tama 全員の食事会。お料理も器もサービスも、心こもったの十二分の舌鼓。食材に拘りつつ、値段も抑えての美味しい日本食の創作傑作の初 Stem 料理体験。バーナビー南 Royal Ork、お勧めです。本日、海波さんから再び入荷。待ち望んでいた葉付き大根の到着です…またまた、お待ちしております！<お知らせ>

1. **今週の地元産の応援セールは、ビクトリアの海波農園から本日(金)入荷の葉付き大根。**
ちょうど良い大きさの柔らかくて立派な葉付き大根たち。他、雪明り白蕪・柔らかいキャベツ・チンゲン菜・小松菜が届く。蕪 \$6, 50/1 束、小松菜・チンゲン菜 \$5.95/各束。
*どれも 3 束以上の方、\$5.00/束にて。
*大根 \$6.50/lb、キャベツ \$5.95/lb
2. **Oliver の Amazia Farm からの本日(金)定期便は：**
ケール 2 種 (Green/Black) \$4.95/1 束、 \$8.50/2 束
イングリッシュきゅうりのバラバラサイズ \$4.95/lb、 \$5.95/3 本
にんにく Red Russian \$23.00/lb \$4.00 前後/1 個当たり
コーラビの紫 \$4.50/lb、 \$3.95/lb 3 個以上で
今年初収穫分のしし唐 \$15.00/1lb 袋、 \$7.95/0.5lb
3. **サレーのゆうこママ's Farm のマイクから：**
しっかり豆の詰まった Fava Beans \$10.00/2lbs 袋、 \$6.50/1lb 袋
日本のきゅうり \$7.95/lb、 \$5.50/3 本入り ハクレイ蕪 \$7.50/1lb 袋
人気 Sugar Snap Peas \$4.95/0.5lb 袋 (Reg.\$12.00/lb)
甘い葉付き人参 \$4.50/1 束 ズッキーニー \$3.95/lb
4. **Tama's キッチンから、野菜たっぷりビーガン弁当のメニュー本日(金)豆腐磯辺。(土)納豆ライスバーガー。(日)ココナッツカレー。(月)トマト味ロールキャベツ。(火)ブロッコリーとチャードの豆腐キイシュ。(水)ちらし寿司。(木)蕪とズッキーニーグラタン。(金)ひよこ豆とミレットのナゲット丼。** *ケールチップス \$6.00、ケール&レタスチップス \$10.00 Family Size
*夏限定お得価格で、お任せ弁当 \$12.00 (Tax 込) Take out のみ
5. **今週のお買い得：** レモン \$3.95/3 個 (Reg.\$1.95/1 個)、 BC ブルーベリー \$9.50/lb
カンタループメロン \$5.50/1 個、 US 白桃 \$2.50/1 個、 ミニスイカ \$7.95/1 個
小玉の US 産玉ねぎ \$3.95/2lbs 袋 (Reg.\$2.50/lb)、 人気 BC 産初物セロリ \$3.95/lb
US 産の新 Yellow Potato \$5.95/ 2lbs 袋 (Reg.\$3.50/lb)
白米 \$109.00/25lbs 大袋 (Reg.\$ \$119.00)
Moja コーヒー豆 (Espresso Sumatra Dark Costa Rica Guatemala M) \$15.95 (Reg.\$17.95)
6. **Masa's スモークから：スモークサーモンスライスパック入荷。\$ \$35.00/227g パック。**
<一押し> 先週のまだまだ元気レタスマックス \$8.95/袋 今週もよろしく！！
Tama Organic Life Foods www.tamaorganic.com 杉山 ひろこ