

笑顔が届ける自信作



みのる農園から
“元気野菜セット”

高松市小村町で、
自然農法の露地
栽培で、おいしい
元気な野菜を作っ
ています。



農園主：小谷 稔
土佐自然塾卒業

有機のがっこう「土佐自然
塾」を卒業し、露地で旬の
おいしい野菜作りにこだわ
っています。

今は、カブ・小松菜・ミニチ
ンゲンサイ菜・人参・大根・ジャガイモ・キャベツ・
茎ブロッコリー・白菜などのなかから、3～4 種類
をセットしてをしてお届けします。ネギ、ゴボウ、

無農薬実践中

ミニカリフラワー、
タマネギ、ソラマメヤ

ニンニクも育成中です。 ♪ お楽しみに ♪



有機栽培、無科
学農薬で作って
いますので、多く
の面積は作れま
せん。虫等が来
ると手で取るだけ
(テデツール)です。

病気もEM活性液をかけて野菜そのものに元
気になってもらい乗り切るだけです。それでもダメな
ときは、あきらめて次の野菜を作ります。今年は
特に温暖化の影響か虫類が多いようです。



秋にわらを分解するのに
牛ふんとEMボカシやE
M活性液を入れてすきこ
んでます。

除草対策には米ぬかを
92kg / 10aを手で振りました。(一人で3日間
かかりました。) 後は、水管理とカブトエビや豊
年エビ、ミジンコ、イトミミズやユスリカの力を借り
てトトロ層を作り草を抑えます。

小松菜のカミナリ豆腐



豆腐は手で割ってざるに揚げ、
水切りしておく。

コマツナをみじん切り。

中華なべを温めてゴマ油を熱
し の豆腐を強火で炒める。

コマツナを加え、火が通ったら

塩を振り、しょう油をまわし入れて味付けをする。