

## 3月の旬のお野菜

【土物野菜】アピオス(青森)愛の小町・新ジャガイモ(長崎)ノーザンビー(北海道)インカのめざめ(北海道)シャドークインポテト(北海道)洞爺ポテト(北海道)鳴門金時(徳島)安納芋(鹿児島)パープルスイートロード(千葉)新玉葱(佐賀)オニオンブランシュ(静岡)葉付きペコロス(愛知 3月中旬まで) ペコロス(北海道)寿葱(埼玉)赤葱(茨城 山形)辛味大根(群馬)紅芯大根・青芯大根(中国・各地産)紅白大根(静岡)黒大根(栃木 神奈川)紅くり大根(福岡)マイクロディッシュ(愛知)黄かぶ(静岡)ミニ蕪(茨城)新牛蒡(熊本)赤蕪(滋賀)ヤーコン(群馬 青森)白わさび(北海道)黒ニンニク(青森 和歌山)赤蓮根(島根)

【輸入野菜】(USA)→ルビーオニオン パールオニオン フェネル カステルフランコトレビーソ バターナッツスクワッシュ 錦糸瓜 カリフラワー パープル・オレンジ・グリーン レッドアンディーブ (オランダ)→紫・黒・白・黄人参 ルパーブ ゴールドビーツ ビーツクラポディーヌ (韓国)→赤唐辛子・青唐辛子 韓国南瓜 (台湾)→マコモ タロ芋 (フランス)→トビナンパー ビーツチオツジャ パセリルート イエローターニップ (ベルギー)→芽キャベツ セロリアック サルシフィー (その他)→パースニップ(イギリス) レホール(ドイツ) GEMレタス(スペイン) ルタバガ(オランダ) 金針菜(マレーシア) オクラ ミニアスパラ(タイ) ホワイトアスパラ(ペルー) サリコルヌ(イスラエル)

【茎菜・花菜類・葉菜】ホワイトアスパラ(佐賀 香川) 国産ミアスパラ(佐賀 福岡) カラフルスイスチャード(千葉 群馬・茨城) 谷野マルチリーフサラダボックス(静岡) CREOプレミアムベビーリーフ/スペシャルMix/トッピング/ミニリーフ(埼玉) ブーケレタス(千葉) ふわりぼうやレタス(千葉) チコレフリーゼ(茨城) オークレタス(赤・緑 北海道) 春系・本春キャベツ(愛知 神奈川) クリスピーレタス(赤・緑 北海道) プンタレッタ(宮城3月中旬まで) サボイ(宮城) 軸ミニセルパチコ(愛知) 極太アスパラ「極」 茎ブロッコリー(千葉 熊本 静岡) オセイユ(茨城) アイスプラント(佐賀) ケール(茨城) オセイユ(千葉) グラパラーフ(千葉) ホワイトセルリー(群馬 千葉) 赤リアス芥子菜(千葉 埼玉) ルッコラセルパチカ(愛知 静岡) クルピエ(埼玉) 花ズッキーニ(千葉) 葉付フェネル(千葉) タンポポ(茨城) 江戸菜(千葉) ミニミニ青梗菜・ミニ青梗菜(静岡) アロエベラ(愛知 沖縄) ミニ赤軸分葱(静岡) サラダわさび菜(茨城) ミニ三葉(静岡) ミニフェネル(熊本 福島) おいしい菜(福岡) スティックセニョール(千葉) はなっこり(山口) 娃娃菜(群馬 茨城) 縮みほうれん草(長野 栃木) 赤軸ほうれん草(群馬 茨城)

【果菜・豆類】マイクロマト 赤・黄(愛知) スウィーティートマト 赤・黄(高知) シシアンルーゼットマト(千葉) アメーラルピンズ(静岡) フルーツマト、塩マト(各地) パープルチェリートマト(静岡) オレンジチェリートマト(千葉) 広島瀬戸内マト…グリーンゼブラ ブラックマト ほなみ 白雪姫 まりも レモンボーイ モロッコインゲン(沖縄 鹿児島) スナックエンドウ(九州各地) インゲン(沖縄 千葉) グリンピース(鹿児島) 蚕豆(鹿児島) 冬瓜(沖縄) 南瓜(沖縄 鹿児島) 葉付きヤングコーン(沖縄) ゴールドズッキーニ(千葉) 食用ほおずき(愛知) ゴーヤ(鹿児島 沖縄) 駒豆枝豆(静岡) 甘長グリーン(高知) 美少年唐辛子(熊本) 赤茄子(熊本) 大長茄子(熊本) オクラ(タイ 沖縄)

【キノコ】大黒しめじ(京都) 山鮑茸(和歌山 岐阜) パイリング(長野 群馬) あぎ茸(群馬) 山えのき(新潟) 柳松茸(長野) トリュフ椎茸(韓国) ハナヒラタケ(群馬 新潟) ブナピー(長野) とき色平茸(長野) 畑シメジ(京都) 白神あわび茸(秋田) マッシュウ/bポータベラ(静岡) 霜降り平茸(長野) たもぎ茸(北海道) 平茸(長野 山形 岩手) 株採りなめこ(長野) こすも茸(長野)

【特産野菜 京野菜】(京都)→伏見とうがらし(青・赤) 万願寺トウガラシ(赤・青) 水菜 みぶな 京きく菜 菜花 人参 九条葱 京かんざし 聖護院蕪/聖護院大根(3月上中旬まで) (石川)→加賀蓮根 五郎島金時 春菊 源助大根(沖縄)→ハラペーニョ グリーンパパイア 四角豆 インゲン ビッグピーマン ナーベラ モーウイ 新楽京

【あしらい】愛知エディブル→金魚草(赤・黄 ドラゴンミックス) ベルローズ(赤・黄) プリムラビオラ パンジー さくら草 初ざくら 徳島・福島の季節の枝花→雪ノ下 小笹 もみじ(青) 南天(青) 椿葉 紅白梅枝 桃枝 桜枝

その他→小杉(中国) 山笹(北海道) ハラン(千葉) ドライ朴葉(徳島) 水仙(愛知3月中頃まで) アロエの芽(愛知)

【山菜・促成・つまもの】中国筍(3月下旬まで) 筍(鹿児島 熊本) ワラビ(栃木 茨城 静岡) こしあぶら(秋田) 茗荷竹(栃木) つくし(福島) タラメ(山形 秋田) コゴミ(秋田 茨城) フキトウ(山形 福島 北海道) のびる(徳島) うるい・雪うるい(山形) 田芹(埼玉) 浜防風(茨城) 100g上タラ芽(秋田) 庄内浅葱(山形) 山うど(群馬 栃木) 根三つ葉(茨城) 葉わさび(徳島) かぎわらび(栃木) 春蘭(福島) 鮎タデ(東京) 行者ニンニク(山形) 食用菊・黄・もって菊(沖縄) おかひじき(千葉 山形) 明日葉(東京) とんぶり(秋田) 蔕(愛知) 花わさび(静岡) ふぐ葱(山口) ミニオクラ(高知) 分葱(埼玉) ばってん茄子(熊本) 小茄子(高知) 米茄子(高知) エシャロット(茨城 静岡) スダチ(徳島) うど(栃木) つる菜(埼玉) モロ胡瓜(高知) 冬瓜(沖縄) ハス芋(高知) 日向南瓜(宮崎) 丸茄子(大阪) 備南千両茄子(岡山) 水茄子(大阪) 銀杏・ムキ銀杏(愛知) 長芹(宮城) 芽蕪(埼玉) うぐいす菜(愛知) 小メロン(静岡) 百合根(北海道) 海老芋(静岡) ミニ人参・ミニ大根(茨城) 新牛蒡(熊本) みがき牛蒡(埼玉) 根芋(千葉) 京人参(香川) 菜花(千葉)

## 3月中に新着見込み野菜・果実

【上旬】 新生姜(高知) 谷中生姜(千葉) つばめ谷中(静岡) 黒大根(豊橋) しどけ(福島) 野甘草(静岡) 新カボス(大分) 新スダチ(徳島) 本春キャベツ(神奈川) 青梗菜花(茨城 静岡) つわぶき(鹿児島) 仙台茗荷竹(宮城) 井川鮎タデ(静岡) 石川芋(鹿児島 沖縄) ヨモギ(徳島)

【下旬】 白ダツ(愛知) あいこ(福島) 新茶葉(福島) つつじ(福島) 葉牛蒡(大阪) 花丸胡瓜(愛知) 地菜花(埼玉) 花柚子(福島) かたくり(山形) 野甘草(山形) 花付きローズマリー(宮城 茨城) 松露(茨城) 蚕豆(千葉) 極みアスパラ(栃木) 島楽京(沖縄) 藍染(カーネーション)(愛知) サラたまちゃん(熊本) インゲン(千葉)

## 現在お勧めのコンシェルジュ掲載商品

Vol.179セルフィーユルート Vol.185おかひじき Vol.189紅葉苔 Vol.224カーポロネロ Vol.237ふきのとう  
Vol.241スウィーティア Vol.281千葉の葉玉葱 Vol.282江戸菜 Vol.283葉わさび Vol.284庄内あさつき Vol.285ニル  
Vol.289アシタバ Vol.312玉ねぎスプラウト Vol.326チコレフリーゼ Vol.330こごみ Vol.332浜防風 Vol.334アピオス  
Vol.337つくし Vol.341行者にんにく Vol.343赤水菜 Vol.344シルバーハレット Vol.380阿波天恵菇  
Vol.381種なし金柑 Vol.386花わさび Vol.388葉菜 Vol.390ハコベ Vol.428さいたまのチーマディラーパ Vol.430ひろこ  
Vol.432桃枝 Vol.436上勝 マイクロ葉わさび Vol.454アイスプラント Vol.465緑のブーケ 花レタス

## 3月の果物

アンデスメロン(熊本) クインシーメロン(熊本) 西瓜(沖縄 熊本 高知) 小玉西瓜(群馬3月中旬より) マスクメロン(静岡) アールスメロン(千葉 熊本 高知) 赤肉系メロン(熊本 高知) せとか(愛媛) 日向夏(宮崎) 伊予柑(愛媛) 甘平(愛媛 3月中旬まで) 瀬戸田八朔(広島 3月中下旬) 清見オレンジ(愛媛) デコポン(熊本) 三宝柑(和歌山) たんかん(鹿児島 3月中下旬より) 紅甘夏(熊本) さくらんぼ 高砂・佐藤錦(高知) びわ(長崎) 金柑(宮崎) 完熟金柑(鹿児島) 貯蔵みかん(静岡) リンゴ・富士・王林(青森) 莓・栃乙女(愛知 栃木) 甘王(福岡) 国産レモン クローバー莓(茨城) レッドグローブぶどう(チリ) 青ぶどう(アメリカ) スターフルーツ(メキシコ) バッションフルーツ(アメリカ) メキシコマンゴ(メキシコ) ピーチマンゴ(オーストラリア) 宮崎マンゴ(宮崎3月中旬より) ブラッドオレンジ(アメリカ中下旬まで)