



旬なリスト 3月

野菜

新たけのこ
菜の花
かき菜

せり
田ぜり

そらまめ
グリーンピース
スナック豌豆
砂糖さや
絹さや

石川小芋
蓮根
牛蒡
長芋
大和芋

ター菜
青梗菜
油菜心
キンシンサイ
空心菜
香菜
黄ニラ
花ニラ
中国菜花



あさつき



つぼみ菜
姫チンゲン菜

たらの芽
ふきのとう
花わさび
葉わさび
こごみ
行者にんにく
ふき
つくし
よもぎ
かたくり
こしあぶら
わらび



アイスプラント

ホワイトセロリ
ピーナッツスプラウト
大豆スプラウト
カイワレ大根
赤芽スプラウト

椎茸
しめじ
本しめじ
舞茸
白舞茸
はなたけ
ひら茸
黒あわび茸
たもぎ茸
トラマキ茸
しゃつきり茸
やまぶし茸
はなびら茸
トキヒラ茸
なめこ
株とりなめこ
えのき



赤茄子



ノーザンルビー

つぼみ菜
姫チンゲン菜
からし水菜
わさび菜
芽かん草
木の芽
三つ葉
アスパラ菜
スティックセニョール
かぶ
うぐいす菜
芽かぶ
聖護院かぶ
聖護院大根
青味大根
辛味大根
金時人参
ミニ人参

根三つ葉
芽ねぎ
九条ねぎ
分葱



黄カブ

うど
山うど
葉玉葱
新じゃがいも
新玉葱
サラダオニオン
オニオンブランシェ
ポアロジェンヌ
赤玉葱

しんとり菜
みず菜
みぶ菜
春菊
ほうれん草
ちぢみれん草
しろ菜
京こまつな
小松菜
からし菜

ホワイトアスパラガス
アスパラガス
プチヴェール
メキャベツ
ブロッコリー
カリフラワー
フルーツマト
ヤングコーン
ローメンレタス
ピンクロッサ
フリルレタス
ラディッシュ
チコレエンダイブ
タンポポ
ビエトラ
プンタレッタ
ルタバガ
ビーツ
ミニアスパラ
ホワイトミニアスパラ



マイクロマト赤、黄

桜の枝
梅の枝
桃の枝
南天の葉
春蘭
椿の葉
すいせん
ベルローズ
デンファレ
エディブルフラワー

果実

苺
日向夏
グレープフルーツ
ルビーグレープ・F
ハウスみかん
ポンカン
ネーブル
レッドグローブ
金柑、完熟金柑
りんご
ブルーベリー
パパイア
マンゴー
メキシコマンゴー
パイン
スターフルーツ
キワノ
アボカド
ピタヤ
パッションフルーツ
グアバ
ブラッドオレンジ