



# 蕎麦

蕎麦種は、炒って蕎麦茶にしたり、そのまま蒔いて蕎麦を育てることも出来ます。種以外にも葉も栄養豊富で、サラダやお浸しにしてとても美味しく召し上がれます。そのまま種をお粥にして食べる事も出来ます。



## 蓮田裏庭 蕎麦フィールド

私たちは埼玉県蓮田市において、約500坪の畑で蕎麦を育てています。全て手作業で、収穫・脱穀・唐箕を行っている無農薬の蕎麦です。市販の蕎麦は海外産のものや小麦の分量も多く、ぜひ純粋な日本の蕎麦の味を知る機会になればと思っています。



蕎麦畑の仲間を募集しています。

## 倉田真寿/プロフィール

百貨店・金融機関を経て園芸の世界へ。

主にイングリッシュローズを金子治雄氏に学ぶ。好きなバラはジャクリーヌデュプレ。草花は翁草。人生の師は宮沢賢治。

現在は（株）こどもみらいで主に幼稚園の自然教育に携わる傍ら、一社）賑ノ杜で大宮公園及び周辺の賑いづくりに取り組む。家の近所に出来た「蓮田裏庭キャンプ場」前で仲間たちと2023年夏より約500坪の蕎麦畑「蓮田裏庭蕎麦フィールド」を行う。

秋蕎麦は真夏に約4キロほどの蕎麦種を蒔き、12月収穫。手刈りし、脱穀・唐箕作業と全て手作業で行う。

蕎麦畑に興味ある方も募集してます。