

オルチョ・アサクラオイル・野生のオレガノ・古代小麦・パスタ・シチリア産塩漬ケツパー・オルチョお料理講習スケジュール・オルチョ通信バックナンバーは↑よりどうぞ

いつもオルチョサンニータ他、お引き立て心より御礼申し上げます！ 10月には中旬からイタリアに、アサクラオイルと自然栽培の新生産者バルバラさんのオリーブ収穫と搾油の為にに行ってきました。

ペンション・パスタと虫の卵②

もたれるパスタの理由を先月書きました。ではもたれない、消化に良いパスタはどういうものであれば良いのか？それはグルテンを変質させなければいいのです。
【高温で長時間乾燥】つてのがよくないわけですから。それでは何度で乾かせばいいのでしょうか？たんぱく質の凝固開始温度73・5℃を下回ればいいのです。昔は低温乾燥が当たり前でしたが現在では効率よく大量に生産し安くお客様に提供する。しかし身体にはよくない。このことから分かるように加工品というのは**【加工工程】**が大変重要で製品の良し悪しの70～80%は加工で決まるといっても過言ではありません！（オリーブオイルも同じです。搾油工程が大変重要です）今回ではパスタの加工の重要性でもっとと根底の部分に迫りたいと思います。それはパスタは葉まみれ！ということ。まず原料の由来。イタリア製のパスタは世界的に人気なので（毎日パスタを食べるのはイタリア人だけ）みなイタリア産がほしいわけです。しかし日本とほぼ同じ国土を持つイタリアが世界中のパスタ分の小麦を作つてると思えますか？簡単ですね、そんなわけはありません！どうするかというとよその国から輸入してくるわけです。日本のうどんやそうめんやラーメン、パン・クッキーや天ぷら粉も輸入の粉に頼つてると同じことです。葉はどこで使用されるのか？①小麦の栽培時の農薬②輸入時小麦を船積みする時に殺虫剤等③輸入国に到着時に殺菌剤④倉庫の中で殺虫剤⑤パスタに加工後倉庫で眠っている（出荷待ち）時に殺虫剤⑥に関して倉庫の中で何度葉がかけられるかは、定かではありません。（米もですが）パスタの袋には針で刺したような穴が開いており密封ではありません（このような小麦の栽培からパスタとして製品になり、保存中にいたるまで薬に頼っています。なぜならばパスタ・穀類に虫は付き物だからです。（前号はHP今月のお便りからどうぞ）

伊・ラクイラ地震被災募金にご協力ありがとうございました！

4月6日に起きた伊・アブルツォ州ラクイラの地震被害において購入の3%（5・6月）を寄付に募りましたところご購入プラスの寄付も含めて合計¥208,980となりました。10/14現地へ赴きサンフランチェスコ・アッシジ教会に持参しました。詳しくはHPブログでご覧いただけます。まだテント生活の被害者も多く、教会ではきのみきのみまで家を失った人々に衣食のフォローをしており、寄付はその足しにさせていただき事にしました。皆様ありがとうございました。

◆◆◆◆◆講演会のお知らせ◆◆◆◆◆

■木村秋則さん『あの奇跡のりんごが教えてくれたこと～なぜ今自然栽培なのか』 ■野口勲さん『いのちの種を未来に』FI(一代交配種)の真実 種は食と切っても切れないいわば私たちの命の源です。その種の世界が侵されています----お二人それぞれの講演と他生産者とのパネルディスカッションあり盛りだくさんの内容です。私も行きます。是非一人でも多くの方にきて頂きたいです！【1/24（日）10：00-16：15 ふじ野勤労福祉センター¥3000 問合 049-264-1903 サンスマイル内】

【ご連絡】 1月から3月までオルチョ講習会をお休みします。今年度早々から入っている日程以外この間の講習会はお休みし充電期間とさせていただきます。真っ白なカレンダーと向き合い3ヶ月を楽しもうと思っています。オルチョの新しい入荷（3月予定）後、心機一転の新アサクラとなりお目にかかりたいと思います！



古代小麦パスタのブロッコリーソース

材料/ブロッコリー大1 にんにく1片 塩漬ケツパー（無くてよい）オルチョ太さじ3 古代小麦ファツロのペンネ 125g（約2.3名分）
 つくり方/①ブロッコリーを花と茎に分ける②リットルのお湯を用意し0.5%の塩を入れて茎の部分をいれる-やらかくなったら花の部分を加え指でややつぶせるまでよく茹でる③ペンネを加え再沸騰したら6分茹でる④その間に塩抜きした刻んだケツパーをオルチョとにんにくのつぶしたのと一緒に弱火で香りを出す⑤茹であがったパスタとブロッコリーをざるにとり（ブロッコリーはくたくたになつてよい）先ほどのケツパーソースの中に入れてよくからめる⑥ブロッコリーがペースト状になつたのか麺からまったらgood。ケツパーが無い場合はざるから鍋に戻しオルチョをたっぷりからめ粉チーズを沿える

編集後記

木村さん講演は3百名定員のところ2週間てチケットが完売したそうです。全国北から南に私も行きませんがこの本屋でも平積み木村さんの本を見てもその人氣の高さが伺えます成田空港にまでありましたもん。ということでチケット買った人は残念でした。（丸）