

オルチョ・アサクラオイル・野生のオレガノ・古代小麦・バスタ・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

寒中お見舞い申し上げます！オルチョサンニータをお引き立ていただきまして誠にありがとうございます！寒くなくっちゃ冬じゃない、と思いたしますが1-2月というのに雪国に雨が降っている現実。温暖化？しかし欧米では寒波の被害が。寒い冬がそれ相当に当たり前であって欲しいのですが地球規模の時の流れで様々が変化しているのを感じます。あ〜無力の私たち人間なのでしょいか、いや不安は無用、やれることを力まずやるしかない、あくまで自然体で〜(れ)

オリーブオイルが固まる理由

エキストラバージン・オリーブオイルの主成分は脂肪酸です。(95%以上)オレイン酸(全体の70%)や他多数の脂肪酸が複合で出ています。よく知られたリノール酸やリノレン酸も微量ですが含有しています。オルチョは気温が低くなると固まるは皆さんお気づきだと思います。水は零度で固まります(凍る)逆言うと水は零度を超えると水になります。この零度は水の【融点】となります。オリーブに含まれる様々な脂肪酸にもそれぞれに融点があります

■オレイン酸.....プラス16.3℃

■リノール酸.....マイナス9.0℃

■リノレン酸.....マイナス17.0℃

このようにそれぞれこんなに異なります。その他にも多数の脂肪酸があり融点が違うのでトータルすると7℃前後を下回ると凍るようになります。オリーブオイルの産地によって微妙に脂肪酸や微量要素の含有率が違うのでオリーブオイルの融点はこの温度!とはいえないのですが大体7℃が目安。オルチョは5℃を下回ると凍り始めます。またそれだけではなく、搾油後フィルターでろ過したオイルは比較的凍りにくいのですが自然分離油を搾油後自然に任せて微細な果肉を沈殿させて上澄みを瓶詰めしたもの、オルチョはこれ! したものは、中に含まれる小さな果肉が【核】となりより凍りやすくなっています。アサクラオイルはもつと凍りやすい、なんといっても自然分離もしていない、微細な果肉ごと瓶詰めしている為です。更に500mlの小瓶サイズの為、外気と当たる割合が大きいためです。このように凍るのは100%本物のオリーブオイルの証拠。手作りのざっくり作られたオリーブオイルは凍って当たり前なのです。ざっくりというは加工上・過剰に手を加えてないということの私なりの表現です。室温でゆっくり液状に戻してください。また保管は寒いところには置かないように。寒い台所で凍る場合は、料理を始める前に給湯のお湯(といても35℃位)を桶に溜めそこに瓶ごとポチャンと入れておきます。(瓶が斜めになってもOK)すぐたちまち解けるので解けた分だけ私は使っています。

newアイテム アサクラコレクションNo.3 アックアサンタオリーブオイルのご紹介

アサクラオイルに続いて新しい自然栽培のオリーブオイルが今年春始めて入荷予定です。オルチョの輸入を始めた当初、500ml(440g)のレギュラーサイズが『大きすぎる!』『高すぎる!』と散々言われましたがオリーブオイル使い方講習をすることにより500mlどころか750mlの大瓶使用者が想像以上に増えています。使い方さえわかれば‘オリーブオイルはたっぷり使ってなんぼ’ということが皆さんお分かりになるようです。しかしながら単身者、ほんの少しを使いたい、和食中心、という方、そしてオリーブオイルをまだまだ知らない方には小さいサイズがあれば!と常々リクエストがありました。そういう方用にそしてもちろん自然栽培を愛する方に!新アイテム・アックアサンタを250mlサイズで販売開始します。オルチョに似た風味と味が特徴でどんな料理にも使いやすいオリーブオイルです。どうぞこれからアサクラオリーブコレクションのNo.3としてお楽しみ下さい。入荷は来月の終わりから4月にかけてになりそうです。産地、生産者についてなど詳しくは是非HPをご覧ください(アドレスは一番上右) ¥2,850 税込



パスタボロニエーゼ(かんたんミートソース)材料/玉ねぎ1人参1ひき肉(なんでも)150gにんにく1トマト缶1オルチョ大匙3野生のオレガノ少々塩小匙1〜カムットのリガトーニ■つくり方/①玉ねぎ人参はなるべく細かみじん切りにしフライパンに入れる②塩・オルチョとつぶしたにんにくも入れてから火をつける・よく炒める③野菜の味が出たら肉を投入ぼろぼろになるまで更に炒める④トマト缶を投入し野生のオレガノも加えてふたをして沸騰したら弱火にし最低15分煮込む。(焦げやすいので注意) 最後味を見て塩味を調える⑤写真カムット小麦のリガトーニは0.5%の塩分濃度でアルデンテにゆでる。ゆで上がったらく水気を切り強火のソースに加えてよく和える。パスタに絡む水分が飛んだらOK。好みでパルミジャーノを添える

お肉は駄目!な人は代わりに木綿豆腐を!トマトなしでひたひた水を加えミソと醤油少々で味付けてもおいしいよ!その場合はにんにくでなく生姜がgoodみじん切りに切って入れてね!麺はアサクラパスタであればなんでも合います。ソースで麺は選ばないのがアサクラパスタの特徴!

重要パスタの内容量が昨年10月入荷のものから変更されています。袋によって稀に計量に誤差があり日本語ラベルを減量して記載することにしました。特に250g入りは日本向けの特別梱包、イタリアの小さなパスタ工場の為、完璧にできない為です。どうぞご理解下さい。