

オルチョ通信3月号 2010年発行/アサクラ <http://www.orcio.jp>

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

雪がまだちらほら残る会津ですがお天道様が春モードになってきています！春がもうそこまで。気温が高めなので桜の開花も早まりそうですね。来月はいよいよオルチョ生産者のジョバンナさんがやってきます。ニッポンの桜を見に来るのも目的ですが、この分だとどうでしょう～そして春といえばオルチョヌーボーの季節、新モノのオルチョ着予定ですが只今、船の都合で大幅に遅れております。例年は3月中旬の到着ですが今年は来月にずれ込みそうです大変ご迷惑をお掛けしています。新モノ‘あらしぼり’は限定数の入荷です。お早めにご予約下さい。

◆ 4月入荷のお知らせ ◆

- ① オルチョ ‘あらしぼり’ (限定数です)
 - ② **new** 自然栽培オリーブオイル ‘アックアサンタ’
 - ③ 古代小麦ファッコ (五分搗き) ジェメツリ
 - ④ 古代小麦ファッコ (全粒) フジツリ
- ファッコのジェメツリは根強いファンの多いもちもちのショート麺、入荷まで大変お待たせします。

【オルチョあらしぼりはご予約下さい！】

オルチョの品切れが大変長期にわたりご迷惑をお掛けしています。すでにご予約が入りつつありあらしぼりは品切れになる可能性もございます。ご予約順で発送いたしますが品切れの際はご容赦くださいませ。2便目はすぐ入荷予定でこちらから通常のオルチョになります。いつものように価格に変更はございません。FAXでご予約を**発注専用 0242-56-3015**

【水のこと】日本から出るとわが国は水が豊富であるということを確認する。山は緑で濃く、そこら中に見える河川、蛇口からは豊富な水道水が。イタリアというと先ず空気が乾いている。そして山には木がない（特に中部以南）飲み水は購入するもの！水が豊富というのはあらゆる面で恵まれることになる。土が肥沃に、農作物の種類が豊富に…等など。料理にも影響が。繊細な昆布や鰹節でとるだし汁文化が栄える。そうそうお茶文化も。イタリアで緑茶や紅茶を飲むと強いカルシウム分のせいか白く濁ってお茶の風味なんてあつたもんじやない。替わってエスプレッソのような濃いそして砂糖をたっぷり入れたコーヒー文化が栄える。水の繊細な味を生かす料理ではなく素材の持ち味を引き出す、野菜そのもの、肉、魚そのものがもる主役の料理が成り立つ。和食のようにある意味素材の味そのものだけに汁や醤油やミソでアクセントをつけるある意味フアジーな料理はイタリアにはあり得ないのだ！『水』この無色透明な不思議な存在。恵まれた日本ではあるが近年環境などの影響でおいしい水を飲むのもだんだん難しくなってきた。田舎の会津は比較的好いと思われているが全然。我が家も高性能の浄水器をつけている。先日びっくりしたことがある。某自然食品店さんでお茶をご馳走になった。店主は四国の湧き水（販売品）を沸かして家と同じ銘柄の無農薬のお茶を入れてくれた。ほうじ茶だったが、随分濃い色に出たなと急須を見ると茶葉の量が多いわけではない。飲んでみると風味といい味といい、家で飲むよりおいしい。段違いの差だ。先日は魚沼の友人宅に行って地元産のおいしいご飯をご馳走になる。家に同じ米を持ち帰っても同じグレードのおいしさにはならない。水が違うからだとすぐわかる。どうでもいいといえどそれまでだがどうせならおいしい水でお茶や料理をしたいものだ。いつも講習会で言っていることだが口から入るものが血となり肉となり私の体をつくる素になるから。いつまでもいい環境の基で水が飲めるようしなければならぬことも一杯あるけど。(れ)



オルチョかんたんレシピ Pasta Fagioli (パスタファジオリ)

古代小麦ファッコ・トゥベツティの金時豆ソース (約7-8名分)

材料/金時豆 200g 玉ねぎ中1個 セロリ 1/2本 にんにく 1片、オルチョ大匙3、塩小匙1+α、イタリアンパセリ少々 古代小麦ファッコのトゥベツティ 250g 作り方/金時豆は前日から水につけておく①水を捨てて新しい水3倍で水にする②やわらかくなったら塩小匙1をし10分ふたをし蒸らしておく③別なべに玉ねぎ・セロリのみじん、つぶしたんにんにく、みじんぎりパセリ、オルチョ、塩小匙1/2入れて火をつける④よく炒まったら煮た豆を汁ごと加えて更に豆がやわらかく(水は足してもOK)なるまで煮る(煮えたら塩を調整)⑤トゥベツティを0.5%の塩分濃度のお湯で3分ほど湯がく⑥水を切り、豆のソースにパスタを加え味がからまったらOK(スープはほとんどない状態がベスト)パルミジャーノチーズをおろしたものをそえてもおいしい。

※イタリア人好きメニュー。家庭じしらが長年の思い出の一品。豆は金時豆のほか、白いんげん、ヒヨコマメなどでもOK人参のみじん切りやミニトマトをつぶしたものを加えてもおいしい！またパスタはロングパスタをボキボキに折ったものでも。パスタはゆがかず、そのままスープに加えてもよい。