

オルチョ・アサクラオイル・アックアサンタ・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・オルチョ通信バックナンバーは↑よりどうぞ

新年おめでとうございます！本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

昨年中もお引き立てご愛用、誠にありがとうございます。今年も「地道に継続」することで皆様のお役に立ちたいと思っています。その「継続」とは――

- 取扱製品の質の向上と維持
- 取扱製品の理解を深めていただく活動「オリーブオイル使い方講習」の各地実施（HP「見てね」に随時掲載）
→こちらはまだ開催していないお取扱店様、一般ご愛用者様を優先に実施、ご参加いただきたいと思ひます
- 食の大切さ、食の実態の学習活動 これは使い方講習と同時にしています

以上この三つを柱としています。わたくし、スタッフ一同、生産者の思いが伝わるよう、いい製品をお手元に届けられるよう今年も意識を高める努力をしていく所存でございます。どうぞよろしくお願ひ致します。 朝倉玲子

倉庫引っ越ししました！

(甲子園から→ 大阪堺市へ)

だんじり〜で有名なのは岸和田だけではございません。大阪のあちこちで行われるお祭りなんだそうです。新倉庫はそのだんじり祭りが間近に見ることができる大阪市内から南のいわゆる「こってこて」の南大阪！新年7日からそちらからの発送になります。梱包や納品書請求書同梱が少し変わりますがご注文は会津若松アサクラ事務所に今までと変更ございません。会津若松で皆様からのご注文を受注、アサクラから大阪倉庫に発送指示しそちらから皆さまのお手元に届きます。どうぞよろしくお願ひ致します。

(移転先) 平成 25 年 1 月より (1/7より発送開始予定)

〒593-8323 大阪府堺市西区鶴田町 28-7

株式会社ネオロジスティクス内 アサクラ大阪倉庫

(ご注文は会津に)

- FAX 0242-85-6189 (今までどおり)
- お電話0242-26-3712 (今までどおり)
- HP【ご注文】から (今までどおり)

(ご注文の締め切り時間) 前日 15時30分までのご注文を基本的に翌日発送させていただきます。大変申し訳ございませんが今までのように臨機応変にご対応が難しくなります。

どうぞご理解いただきますようお願い申し上げます。



おすすめの本
「エキストラバージンの嘘と真実」
(トム・ミューラー)
〜ショック！オリーブオイルの実態〜

一八九〇円とちよいと高額なものと内容がかなりコアなので一般の方が蔵書にするほどではないかなとも思ひます。図書館や立ち読みで目次からチョイスし拾い読みがおすすすめです。わたしがオリーブオイル屋になつたのはイタリア料理修行でオリーブオイルのおいしさとそのものが持つ力に開眼したからだけではありませぬ。それはまさにこの本に書いてあるように業界の腐敗をこの目で見たから、知つたからです。オリーブオイル、しかもエキストラバージンと言うのは名ばかりのもの、という現状を私は見ました。そして現地の篤農家がつくる真つ当なオリーブを日本の人に教えてあげたい！という一心で始めたのです。一般の方々知らない程度の実態は私のオリーブオイル使い方講習でもお伝えしていましたが著者イタリア在住のトムさんはヨーロッパに留まらずオリーブ産地である南北米、南北アフリカ、オーストラリアにまで足を伸ばしその実態を取材しています。その中にはもちろん真つ当なオリーブ農家も紹介されそしてオリーブに魅せられ腐敗とは反対のアクションを起こしている人が世界にいることも紹介しています。自分で言うのもなんですが、それらの人が全く私と同じ思いなので笑っちゃいました。オリーブという人は(私も含め)そんな風に駆り立てる何か特別なものがあるような気がします。太古の昔から貴重なもの、宗教儀式でも使われる神聖なものとして人間の知恵の結晶として利用されてきたものです。しかしこの本によると太古から腐敗の事実があつたらしい。そして現在もなお、それは続いているのが実態のようです。現代、人々の寿命が延び健康で長生きが人々の共通の願ひです。そして健康維持の為の色々な情報が溢れいくつものキーワードが蔓延しています。キーワードに人々は群がり安易に飛びつきます。オリーブオイルが身体にいいといわれればスーパーマーケットに買いに走る。さてそのスーパーマーケットのオリーブオイルは大丈夫なのか？と本書は鋭く指摘します。「キーワード・言葉は便利ですが、それがどういふものなのか自分に必要なものなのか？知識と自分自身を知らなければ役に立ちません。本書にある言葉をそのまま引用します「ほんものエキストラバージンオリーブオイルには強力な抗酸化作用と抗炎症作用があり……：偽物精製油などが混ざつたオイルにはそんな効用は全くない」。

あれもこれもと腐敗の実態がリアルに書かれている本書なのです。

【秋のオルチョお客様ツアーでの出来事①】
3千本あるオルチョのジョバンナさんちのオリーブ。絞つた後にタンクに詰め、中に浮遊している果肉をゆつくり沈殿させますがこの沈殿物を更に沈殿させるとまだまだオイル分が浮き出ます。これはエキストラバージンとして販売はできませんが食用できます。3千本分絞つた沈殿物ですからかなりの量です。これを何かに利用できないかと試行錯誤中なのですが、今回のツアーメンバーは全員がオルチョ取扱店さんです。みなさんから色々なアイデアが出ました。アンチョビ漬けや丘ポモとのコラボのすぐ使えるトマトソースだのケツパーペーストだの！おもしろい提案がいくつも出ました。ジョバンナさん、そして夫のサルバトーレさんは皆さんの強く主張する思いを考えてくれるかも。実現したら嬉しいですね。(れ)

新春特別講習／アサクラのロングパスタをおいしく食べる～粉の甘みと旨みを引き出すゆで方



- ① お湯を沸かす。
最低でも2ℓ以上お湯を用意する（ロングパスタ2人前160gの場合）
- ② 必ず沸騰した湯に塩を入れる
水の0.5% 2ℓ → 10g



- ③ 写真のお湯に注目
ここまで沸いたら塩を入れる
- ④ パスタをこのままとまったままの状態投入する。広げて入れないこと
茹でムラになるため



- ⑤ 箸でパスタがくっつかないように初期の段階でほぐす



- ⑤ ふつふつ湧いている状態をキープ。沸騰しすぎないように注意
表面がデリケートな為パスタがとけやすくなる
→写真に注目、低温乾燥の証拠 茹で汁が濁る



- ⑥ スパゲッティなら8分が目安
必ず時間ちょっと前に噛んで固さを見る（タイマーに頼らない）
→プロ料理人も噛んで固さをみて確認しています
※お湯の量で茹で時間がかわります
- ⑦ ザルにとる
この時点でソースは必ず用意しておく
ソースは底の広い高さの低いフライパンか浅い鍋でつくりロングパスタを投入してすばやく強火であえるのがコツ
※アルデンテ／芯に火が通ったか通らないか、ソースにあわせ盛り付け食べるまでの時間を逆算し茹で上げを調整する
- ⑧ ソースとあえたら即食べる！アサクラロングパスタはすぐ伸びます！

冬だからこそレシピ・おいしい葉ものでソース・パスタは和え物の要領。おいしいソースとからめるだけ！

かぶの葉っぱが食べきれない時・お助けレシピ



古代小麦ファッロ（カムットでも）のスパゲッティかぶの葉ソース
 材料（二人分）／小かぶ5個分の葉っぱ にんにく1～2片 アンチョビー4～5切れ オルチョまたはボルゴ大さじ4強 ファッロスパゲッティ160g
 つくり方／①パスタ用のお湯を準備する。沸騰したらお湯の0.5%の塩を入れる（例・湯2リットルに10gの塩）②洗ったかぶの葉をゆでる。色が変わらない程度にいつもよりやわらかくゆがく③葉を平ザルにとり蒸気を四方八方から抜く④粗熱が取れたら余分な水気を軽く絞りザク切りしておく⑤同じお湯でパスタをゆでる（1.8mmなら約8分）⑥その間にフライパンにオルチョまたはボルゴ、にんにくスライス（アンチョビの臭みを消す為たくさん入れよう、この時は!）、アンチョビをいれ火をつける弱火でニンニクが焦げないように香りをだし箸でささっとかき混ぜアンチョビがソース状になりニンニクに火が通ったらOK 火を消す⑦パスタが茹で上がった⑥に火をつけパスタを加え手早くアンチョビソースをからめる。かぶの葉もいれ全体をよくまぜ出来上がり