

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

いつもご愛用、お引き立てまことにありがとうございます！5月に入り気候もよくなり植物も動物も活動的になります。私はできるだけ歩くようにしており冬の間思うようには体を動かせていなかったものでこれからは早朝の散歩を復活させたいと思います。早起きすると自ずと夜は早くに眠くなります。これがやっぱり人間の基本かなと思います。加齢と共に体のメンテナンスを心がける心境になってきました。

豆について思うこと

金時豆、手打大豆、黒豆、小豆など、昔から豆は家庭料理に欠かせないものですが、乾燥した豆を煮て味付けして食べる、甘く煮るか五豆煮などのあじうまい、またはご飯に炊き込むなど豆は日本独特の調理法が根づいています。甘く煮るのやお菓子の餡に使つていっているのはこれは極めつけ！西洋人にはない使い方のほうがかんや饅頭の中身、イタリア人は目をばちくりするので、西洋人の豆といえばチリビーンズなどのトマト煮やサラダ、カレーの具材などまあ言ってみれば野菜と同等感覚で調理をします。掘り下げていくと煮こぼしなんて事をする日本風の豆の調理はあちらにはない。煮こぼしは何のためにやるのか？あくを取るため？柔らかく煮る為？いろいろとあるでしょうが、この独特の調理法にしばらく使っているのでは？と思います。豆を煮た時の「煮汁」に関して言点になってくるんだーということに気がつきました。たいたことじゃないって？そんな煮汁の一つや二つ？いえいえ違います！豆はそれぞれに独自の味があり水煮した豆からでたエキスが煮汁の中にたまり出て（台津汁）出ており、それを捨てるのは、ありえないのであります！先口講習をした先でチエチ（ひよこ豆）の水煮をお願いしたらなんとどんぶりに山になったチエチが盛りされており、わたしは思わず駆け寄りどんぶりを凝視すると、どんぶりの底には煮汁は全くなく、チエチだけがこんもりと富士山のように盛りだわっていました。チエチのクリーミーソースをカムット小麦のリングイネにあえようと使っていたのですが、これではむ、無理〜っ私の指示不足が原因ですが、あのうまい煮汁を捨てたあああ？わたしは数秒そこに立ち尽くしてしまいました。マンマミア〜！チエチの旨さを知らないんだな〜これはもったいない！豆からでたあの煮汁こそ宝物なのに！アサクラ取扱のチエチがお陰様で人気商品となりつつありますが、豆の食べ方、行脚！をしなければ……とまずはこの事態を皆さんに知っていただきたく書いてみました。

豆をもっと食べましょう！

チエチ(ひよこ豆)のうまさを120%楽しめる究極のレシピ！

古代小麦アサクラパスタ・チエチクリームソース

これをマスターすればチエチをどう料理すればいいかがわかります！

調理のポイント ●ソースの材料はチエチと玉ねぎとオルチョ

とコンチエントラートデルマーレ（アサクラ天日塩）のみ ●玉ねぎとオルチョとコンチエントラートで自分味のコンソメの素を作る ●今まで

よりもっとももっとも豆に火を入れる たったこれだけ！

さあ！是非クリームソースにトライしてみてチエチのおいしさを実感してください！乾燥豆の可能性にあなたは気付くはずです！

（これは全ての乾燥豆に応用が出来ます）

★クリスチャンの自然栽培のチエチ（ひよこ豆）200g ¥561(税込)

サラゴッラ小麦フジッリのチエチクリームソース

（出来上がりイメージ画像はHPレシピでご覧下さい）

（材料）チエチ100g コンチエントラートデルマーレ小さじ1/2 玉ねぎ中1個 コンチエント少々 オルチョ大さじ2弱 サラゴッラ小麦フジッリ240g

（作り方）①チエチは前の晩から水につけておく。翌日煮る前に水は捨てて新しい5倍量の水で煮る②指でつぶしてみても固いがつぶせるぐらいになったら分量のコンチエントを加える③更に火を通し簡単に指でひねりつぶせるまで煮る④別の鍋かフライパンで玉ねぎのみじんぎりにオルチョ、コンチエント少々加え火をつけてじっくり炒める⑤玉ねぎの旨みと甘みが出たら先ほどのチエチとあわせ更によく煮る。スープの味をみて塩加減を調整、汁気がない場合は水を足しておく⑥サラゴッラ小麦のフジッリをアルデンテに茹でる⑦その間に煮たチエチをバーミックスかミキサーでとろとろにする（汁気が多すぎるとシヤバシヤンになるので煮汁は調整しながら加える）⑧茹で上がったフジッリとソースをあわせ皿に盛る 野生のオレガノをあしらう

イタリアから帰って

今回も生産者とわたしお互いの確認の為の旅となりました。わたしは既製品を売っている感覚はなく、全てアサクラオーダーメイドとして生産物を作っていたたくものとして生産者と接しています。それらは全て農産物・自然の恵みですから均一はありません。オルチョひとつにとっても毎年味の差があるのはもうおわかりのとおりです。ジョバナさんとオルチョの激オイルをどうしようという新たな懸案事項が出てきており化粧品や石鹸などがいい、アンチヨビオイル漬けがいいなど意見が出て今回はアンチヨビ工房を訪ねてきました。そしてとても質のいいものをつくる人に出会いました。ジョバナさんやるな、と思いますし豆や小麦を生産するクリスチャンもアックアサンタのアントネッラからの紹介です。志や思いの通じる人からの紹介は人も生産品もほぼ間違いありません。十年以上過ぎてわたしはそういう面で恵まれていると思います。良品を探す手間がほとんど要らなくなってきました。探すというよりもそのものが目の前に現れるといった方がいかもしれません。目の前に現れたものが必要なものと受け取ってわたしはそのご縁に身を任せていますがそれにしても取り扱いたい品が増えています。これ以上は無理！というところまでできています。がさてどうなりますことやら。（れ）

●5月中旬以降の入荷お知らせ●

年末の倉庫移転につきパスタなど大幅に在庫調整をしておりますのでご迷惑をおかけしました。

【アサクラパスタ】

- ファットロスバゲッティ
- ファットロペンネ(大・小)
- カムット全粒フジッリ
- サラゴッラスパゲッティ
- サラゴッラジェメツリ(新発売)

【ラディーチの果汁】

- ブルーベリー100%無糖
- ブルーベリー65%
- いちごジュース

【塩漬ケツパー】

- 9/11.ミリ 250g
- 9/11.ミリ 1kg
- 12/14.ミリ 1kg
- 【EXオリーブオイル】
- ボルゴデイサンニータイ

※パスタ・サラゴッラ小麦はフィオーレさんの自然栽培のものです。

ジェメツリ型が新発売します
※ボルゴデイサンニータイは2012年産の**新もの**が入荷します。

大変お待たせしました
入荷次第HP(注文中)にアップいたします。