

Facebook, twitter メルマガを登録するとアサクラの活動の詳細をご覧いただけます。HPにリンクボタンがありますのでご活用ください。

いつもありがとうございます！ あんなにあった雪がすっかり解けて梅のつぼみがやっとな膨らみ始めている会津若松です。早いところはもう今月中旬から桜の開花でしょうか？長い冬がやっとな明け、またアクティブな季節がはじまります！ 時節柄体調変化も多い時です。どうぞくれぐれもご自愛ください。

●3月入荷しました！●

○クリスチャンの自然栽培 古代小麦ファッコ粒 (三分搗き)
¥702/200g (1kg入りは終了しました)

○クリスチャンの自然栽培 古代小麦ファッコ全粒粉
¥837/500g

○クリスチャンの自然栽培 チェチ (ひよこ豆)
¥702/200g ¥2916/1kg

●オルチョあらしばりご予約完了●

大変申し訳ございません、全て終了しました

●ガルム (魚醬) の入荷につきまして●

2月にテスト輸入しましたガルムがあっという間になくなってしまいました。ご希望の本数をお渡しできませんでしたこと深くお詫び申し上げます。4月末に追加入荷、また6月にはたっぷり届きますのでもう少しお待ちください

夏のツアーと秋のツアー
 昨年の生産者ツアーが様々な理由で中止になり、特に夏のアックアサンタ 生産者もがっかりしていました。リベンジ！とあっちこっちで産地ツアーの良さを訴えた結果、かなり前からツアーの問い合わせが増えていきます。今年は6泊8日の夏のツアー二回、秋ツアーを一回行う予定です。夏は中部イタリアのアックアサンタオイルでお馴染みのアントネッラの農家民宿に泊まります。最初から最後までアックアサンタにそってあっちこっちを回るかなりゆつたりしかし内容の濃いものになります。アックアサンタの主アントネッラの料理をまず第一に堪能していただきます。イタリア人が食べている家庭料理が召し上がれます！レストランの料理はまた別物、というのがわかると思います。マルケ州古代小麦とチェチ(ひよこ豆)・レンティッキエ(レンズ豆)の生産者クリスチャンを訪問し一日過ごします。また新しい自然栽培の生産者E X V Oから一本の新規就農の若者の民宿にも行く予定です。八日間も休みを取る！とんでもない！お店を閉めて、会社を休んで！物理的に無理な方はともかく、無理でないのに躊躇している方！是非！イタリアの風景や大地からいるいるものが得られることは間違いありません。また既存のツアーでは味わえない生活者とのコミュニケーションはそうできるものではないかもしれません。彼らが何を思い、何をしゃべり、どのように生活しているか？1万キロの離れた距離の畑の気持ちよさは本当に口では表せません！何といってもナチュラリスト・アントネッラのシンブルライフに沿って過ごすのは海外旅行中とは思えないほど体が軽くなることを実感していただけたと思います。そぎ落とした彼女のシンブルライフ、料理をどうぞお楽しみにしてください！また秋のツアーはほぼ満席になっております。こちらはお取扱店様中心です。夏が遊び・バカンス重視とは反対にこちらはお勉強中心です。といってもオルチョやパスタ工房、アサクラ農園などの生産者を絡めた楽しいお勉強です！こちらも定期的に行いますので来年以降にも是非ご参加くださいませ！

アサクラかんたんレシピ〜クリスチャンのファッコ全粒粉を使って〜

Pizza ripieno 詰め物ピッツァ

材料 (24cmタルト型/ファッコ全粒粉 200g 酵母 (ドライタイプのものなら記載されている分量、天然酵母ならパンと同じ割合) 粉の分量の半分約100gが目安 オルチョ 大きじ1 つくり方/①ボールにファッコ全粒粉を入れて真ん中に穴をあけて水(少し残しておく)を入れその中に酵母、オルチョを入れて中心から徐々に混ぜる②固さを見ながら最後は耳たぶよりかたいぐらいにするよう水の量を調整しながら混ぜる③良くこねたら2等分し各丸くまとめボールの中にオルチョを少し塗った上に生地を置き温かい所で寝かせる④2倍以上に発酵したら一つを型にオルチョを多めに全面に塗り生地を中央に置き手で広げていく⑤好きな詰め物を入れてもう一つの生地を麺棒で伸ばし上にかぶせる⑥表面に切り込みを入れ破裂しないようにしオルチョを表面にたっぷり塗る⑦190℃で予熱したオーブンに入れ 25分ほど焼く

詰め物の例/ほうれん草の炒めたもの、ネギや玉ねぎをケッパーと共に煮たもの、チーズとハムの角切りなど、なんでも好きなものを入れてみましょう！全粒粉のおいしさがわかります



ファッコ全粒粉
 全粒という舌触り
 ぼそとした舌触りが
 なるこの全粒粉はぼそし
 ません。イタリア
 の中部山の中のロ
 ーマを流れるテベ
 レ川の源流近くの
 水を動力とした製
 粉所石臼で挽いて
 います。石臼のほ
 とんどはケミカル
 処理してできた石
 の臼だそうですが
 このは天然石な
 んだそうす。粒
 子が細かくても
 なめらかでパンや
 焼き菓子にしても
 こねて麺にしても
 舌触りがよくしつ
 とり仕上がりがま
 す。なにせ粉の味
 と風味が素晴らしい。
 とても高価な
 ものですが今までの
 小麦との違いを
 教材代わりに勉強
 のために一度は召
 し上がっていただ
 きたいです。全粒
 粉は今年今回一回
 限りの入荷です。