

# オルチョ通信7月号 2015年発行/アサクラ <http://www.orcio.jp>

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になれます。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！梅雨なのに雨がわずかで農作物への影響が心配されます。さてイタリアのオリーブは花の時期が終わり小さい実がなり始めています。これから夏の太陽と気温、そして冬の間よく降った雨をじっくり溜め込んだ土からのもろもろを吸い上げどんどん丸く大きくなっていきます。地中海性気候の特徴、暑く乾いた気候がオリーブには必要なのです。お天気がオリーブにあったものとなるよう祈るばかりです。



アサクラの取扱オリーブオイル今年は2種類（大中小瓶/計4種）のみとなります

- オルチョサンニータ 440g (500ml) ¥2862 (税込) 660g (750ml) ¥3801 (税込)
  - ボルゴデイサンニーティ 220g (250ml) ¥1650 (税込) 660g (750ml) ¥3600 (税込)
- どちらも南イタリア・ベネベント産・正真正銘のシングルエステート【単一生産者のものです】

本物を選び分ける術とは  
オリーブ講習に留まらず今年も小麦の講習も立て続けにしています。先日は「アエラ」に古代小麦の件でアサクラが二〇〇八年から開始したパスタの輸入を通しての見解を取材され掲載されました。講習後はみなさん、どうやったたら本物のオリーブオイルを見極めればいいのか？と質問されます。オルチョを試飲されると皆さんパツと顔を輝かせその味のフレッシュさと生き生きとした味に驚かれます。パスタに至っては一般品とアサクラ低温乾燥をゆで比べると一目瞭然。ゆで汁が違うのはもちろん過敏症の方はゆでている間の湯気に反応、顔が赤く反応したり咳が止まらなくなったりと驚く結果が出ています。商品ラベルには「昔ながらの」「低温乾燥」などアピールがありますがそれらは残念ながら当てになりません。ではどうすれば本物を見分けることができるのでしょうか。先日、韓国に小旅行に行ってきました。ソウルの高級陶器店に2軒入りました。青磁や白磁の本物が並んでおり韓国の陶器文化の素晴らしさを垣間見ました。本物は「見るからに」「手触り」「洗練された形」だけでなく質感や色合い、それらの質の高さが陶器には疎い私でもわかります。値段を見ると！とても手が出ない！お蔭で衝動買いすることなく目の保養だけで楽しめたのはしめたものです。オリーブオイルやパスタも偽りのイミテーションの中では本物を知ることは一生涯ありません。それらはレッテルや人の言ったことを最大限イメージできたとしてもわかる由もありません。自分で実際に五感をフルに使って何回も感じるしかないのです。本物と言われるものをいかに数多くに触れるか？が勝負です。数多くの本物の触れることにより感性も磨かれます。食べ物に関しては、本物はなんといいってもおもしろいのです。またおもしろいかおもしろくないか、これはチョイスする上での大前提だとも思います。人の言ったことや情報に惑わされることなく自分の感性を磨き、自分でチョイスできる術を持ちたいものです。おいしいものは心も満たしてくれます。たくさんなくても質のいい本物は満足度が高くダイエットのためにも一役買います。本物のチョイスはよりよい人生の為の必須事項とも言えます（れ）



## ズッキーニの蒸しサラダとラザニア

【蒸しサラダ】①ズッキーニは薄く縦にスライスする②底の広い鍋にズッキーニを入れて少々の水、コンチェントラート（アサクラ天日塩）を入れて蓋をして火をつける③全体的にしっとりしたらズッキーニが重ならないようにざるに上げて蒸気を抜く④冷めたら皿に盛りオルチョまたはボルゴをかける

【ラザニア】上記のズッキーニを用意する①玉ねぎとオルチョ、コンチェントを加えてよく炒め、粉を加えてよく炒める②豆乳を加えとろみをつけて火を止めておく③前もってひき肉に少々コンチェントをもみこんだものを少々オルチョで炒める④ぼろぼろになったら玉ねぎソースに加えさっと一煮立ちさせておく⑤耐熱皿にズッキーニとクリームを層にして最後はクリームをのせパン粉をふり190度のオーブンで30分ほど焼く⑥10分以上置いてから切り分ける

ライブキッチン/動画にてご覧になれます  
目標は5分間クッキング、しかしなかなか難しいのが現状です。短時間で簡単にできるイタリアンを動画配信していきます。Facebookのアカウントのある方はどなたでもご覧になります。アサクラで検索してみてください。