

# オルチョ通信9月号 2015年発行/アサクラ <http://www.orcio.jp>

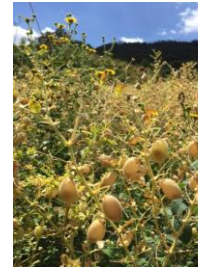
Facebook, twitter メルマガを登録するとアサクラの活動の詳細をご覧いただけます。HPにリンクボタンがありますのでご利用ください。

いつもありがとうございます！8月お盆過ぎに急ブレーキを踏んだように涼しくなりましたね。植物たちも動物も戸惑っているのが感じられます。蝉がこんな涼しい中でも地中から出てきた手前けなげに鳴いています。先月号のかんたんレシピの茄子のキャビア風レシピがやってみたらおいしいと大反響でした。あれはルーマニア人に教えてもらったあちらの料理です。茄子のキャビア風は今月の講習でバンバンやってみたくて思っていますので茄子よ実ってくれ〜と思いつけて今月号通信の月号文字は茄子色の紫色にしてみました。9月はまた残暑があるのでしょうか、少しあつてほしい。。

## ●アンチョビの販売につきまして●230g入り予定価格¥2880

EXV オリーブオイル・オルチョサンニータで漬けた極上のアンチョビは今年で3年目になります。大人気商品となりました。そのままでも、又お料理のアクセントに、調味料としてなど大活躍ですね。今年も順調に只今絶賛熟成中！です。販売開始は来年1月を予定しております。今回はご予約を受付せずに到着後順次販売とさせていただきます。また第一次(一月)、第二次(未定)と販売を二回に分けて行う予定です。到着が確定しましたら改めて告知いたします。

昨年の降水量の多さと夏らしい夏が来なかった昨年の夏に比べ今年は暑すぎましたがクリスチャンの畑の小麦や豆はととも生育がよく無事収穫終了しています。チェチ(ひよこ豆)もレンティッキエ(レンズ)も無事日本入荷予定です。



チェチは一さやに一粒だけ一貴重〜

イタリアツアーを終えて 七名毎三つのグループでウンブリアの産地視察を兼ねたツアーを無事に終えて帰ってきました。ツアーは七月八日から八月初旬までで三回同じことをやったのですが十日〜二週間おき位に訪問したおかげでオリーブの実の大きくなる様子、小麦、チェチ(ひよこ豆)・レンズマメなどの成長過程がよく見ることができました。今年のイタリアは一三五年ぶりの猛暑だったそうで各地日照り被害でオリーブ果実は所によっては例年の半分というところも出てきています。花が実になる果樹のオリーブは開花時期の暑過ぎと低温が要注意で今年は暑すぎがたたったようです。毎年オリーブの受難が続く数年です。しかし実ってくれたものは遅く、運の強い花としてオイルになっても量が少ない分一粒のもつ力は高いのではないかと考えています。果実になつてからは暑さには強いオリーブです。今年是最上のオリーブオイルが取れるのではないかと考えています。昨年が凶作だった反面本当に楽しみです。

今年はまだ新しい自然栽培のオリーブオイルを輸入する予定です。日本名で「わら一本」という名の面白いオイルです。アサクラには既にたくさんアイテムがありますが、あえてこのオイルを取扱う理由は、自然農のパイオニア亡き福岡正信氏の「わら一本の革命」を読んだイタリアの若者マイケルが生き方のヒントをその本から得、弟と幼馴染の四人で自然農の出来る農地を探し、中部イタリアで四年前からオリーブを中心に栽培を始めた血気盛んなエネルギーに満ち溢れた彼らとの出会いからです。これら若者の想いのこもった生産物を「販売」することで出来たものを受け止める食べる人とを繋ぐ意味と、折角生産されるオリーブの実をまつとうな方法でオイルの質を高め、多くの方に本物の味を知っていただく量の確保、そしてそれによって自然農の畑が広がる方向へと進んでいくことを視野に入れていたためです。私はわら一本が最上のオリーブになる様、収穫・搾油のアドバイスをしました。彼らは彼らはすんなりと受け入れてくれました。今までのものと違ったわら一本オイルの出来上がりから楽しみます。彼らも初めて自分達のオイルの海外進出にワクワクしています。

彼らのいろいろな試みはツアー参加者のみなさんが目の当たりにし、彼ら思いやエネルギーを受け取って帰ってきています。この輪がどんどん広がることを長い目で私はみています。

アサクラオイル、アックアサンタ、わら一本のオイル、全て来年早々の入荷予定です。どうぞお楽しみにしてください！(れ)

## アサクラかんたんレシピ

～キノコのソッポ～(二人前) (材料)お好きなキノコ(しめじ

1/2、椎茸2枚) 米1カップ(玄米以外なら何でも) 玉ねぎ小半分、オルチョ大さじ2、コンチエント小さじ1弱、あればパセリ

(つくり方) ①キノコと玉ねぎはみじん切りにする

②浅鍋にキノコ、玉ねぎ、オルチョ、コンチエントを入れて火をつけ炒める③ゆっくりじっくり旨みが出るまで炒めて水をひたひたに加える④蓋をして10分程度弱火で煮て味を濃縮させる⑤米は0.5%の塩分のお湯でパスタをゆでるように茹でる⑥アルデンテにゆで上がったらざるに上げて先ほどのきのこソースに加える。さっと強火で合わせて出来上がり⑦皿に盛りパセリのみじん切り、好みでパルミジャーノチーズをあしらう 簡単でおいしい、キノコの代わりにカボチャやズッキーニ、ニンジンやジャガイモ、サツマイモ、なんでもOK。

