

# オルチョ通信10月号 2018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活用ください。

いつもアサクラアイテムをご愛用お引き立ていただきまして誠にありがとうございます！あの暑かった夏が終わりすっかり秋らしくなりました。夏野菜や果物から栗やキノコやブドウやサツマイモ～秋の作物に変化！季節は流れ移り変わりますね！私は 10 月と言えばオリーブの収穫にイタリアです。今年も日照続きでしたが果実は健康で生育が良好です。収穫から搾油、全ての工程に集中する大事な時期。2018 産オリーブオイルをどうぞお楽しみに！

## 欠品のお知らせ

- ・カップッリ小麦 スパゲッティ 1.6mm
- ・カップッリ小麦 リングイネ
- ・古代麦ファッコ スパゲッティ 1.8mm
- ・古代小麦サラゴッラ ジェメッリ

上記のパスタ、ただいま欠品中です。  
今回は 11 月初旬の入荷予定となります。

## オイルの濃について

情報を更新しています。弊社 HP、是非ご一読ください。

肉を食べる、を考える

先日、自然栽培普及会東北ブロックの大会に参加してきました。通常は稲作や野菜の生産者さんの取り組みや活動を学び共有する場なのですが、今回は少し趣の違う発表でした。私はオリーブオイルを通じ自然栽培の野菜や農産物のおいしさについて発表してきました。シンプルなイタリア家庭料理は素材の味を引き出しそのものを更においしくする料理なので素材のクオリティが料理に 100% 反映します、と説明してきました。自然の調和のとれた大地で育てられた作物は本当においしい。実感したい方はぜひ私のオリーブオイル使用講習にどうぞ、と宣伝もしてきました。そして今回の発表のメインは畜産についての二人の生産者さんでした。話を聞き、肉を食べることの意味と背景を目の当たりにし、考えさせられました。

郡山の佐藤喜一さんは養鶏を長くされていましたが東日本大震災で販売量が激減し野菜栽培に転向します。しかし今年からまた養鶏への思いが忘れられず復帰、今までの経験を踏まえ、より鶏たちが幸せで育てる自分も幸せになれる養鶏を目指しているとのこと。それに向けて基本から見直し鶏たちの身になった環境を整えるため、餌と生育の場づくりの取り組みを、実際に養鶏の場の見学をしながら説明を聞きました。飼育品種の選定から考え日本古来の品種を交えた鶏を選び佐藤喜一さんオリジナルの交配種を目指しているそうです。一般ブロイラーが通常一坪辺り 45 羽（置一置に 45 羽）が飼育され 45 日で出荷されるそうです。また飼料は米国からの輸入飼料（コーンは 99%、大豆は 96% 遺伝子組み換えの現状の米国産飼料）を与えるのに対し喜一さんは 1 町歩（3000 坪）に 100 羽（60 置に一羽）で放し飼いにし、ここに生える草と自然栽培で実った雑穀や麦を食わせているそうです。（飼育は 200 日）鶏がストレスなく自由に遊びまわり季節に合わせた餌を与えるという環境です。肉食については賛否両論ありベジタリアンとなる方もいます。が、畜産で排出される糞尿の量やその行き場に困る等、環境を知られば、肉はたくさん食べなくてもいい、とわかります。安価なものにはほかの食材がそうであるように安価にできる仕組みがあり（この紙面では限りがあり全部書けません）肉を食べるといふことについて改めて考えさせられました。どうやって育てるのか、住環境とたべるもの、私たちはもっと知らなければならぬと喜一さんの話を聞いて思いました。もうおひとり、岩手で養豚・養鶏をされている酒匂さんのお話も深いものがありました。豚は放牧されているのですが、豚の姿（表情）や放牧されている環境を実際に画像で見せてもらいましたが、画像からでも、養豚というのがどういふことが理解できます。私たちと同じ動物である豚が命を全うし私たちの食べ物として命の糧となることを私たちはもっと知らなければならぬと思いました。お店で売られているパック入りの肉からは全く背景はわからない。それでは肉を食べることの意味が全く分からない、と私は強く思いました。（れ）

## ～クリスチャンの古代麦ファッコトウベッティ～

アサクラパスタの原料はすべて生産者の特定された麦・小麦で栽培されたもので低温乾燥でつくります。その中のファッコはマルケ州のクリスチャンが自然栽培で作ります。甘みがあり噛むほどに味がありおいしいです。肌寒くなってきたこの季節にピッタリなスープパスタにもよく合います。見た目も可愛いらしくて小さいお子様も食べやすいサイズです！！是非、ご賞味下さい。240g/¥684(税込)



## かんたんレシピ ～アクアパッツア～

材料/白身魚（生たら・スズキ等）2切れ あさり 10粒位 ミニトマト8個  
にんにく1片 イタリアンパセリ 適宜 水 80cc オルチョサンニータ大さじ2程度  
コンチェントラートデルマーレ 適宜 野生のオレガノ 適宜

つくり方/①白身魚にコンチェントを振りすこし置いておく。魚から出た水気をよく拭き取る②フライパンに潰したにんにくとオルチョを入れて弱火にかけてにんにくの香りを出す③白身魚を入れて両面軽く焼く④つぶしたミニトマト、あさり、水を入れて蓋をして蒸し焼きにしあざりが開いたら蓋を開ける⑤イタリアンパセリと野生のオレガノを添える。