



いつもお引き立てご愛用頂きましてありがとうございます！9月から10月にかけて秋らしい日が続きました。天気がころころかわり典型的な秋の気候だったように思います。少しずつ山の木々の色も色づきススキの穂も出、暑かった夏は遠くに過ぎ去っていきました。季節の移り変わりとともに体調を崩す方が多く見られました。どこが悪いというわけではなく気分が落ち込むと言う方も見られました。猛暑の負担が今現れているのかと思います。どうぞくれぐれもご自愛ください。

アサクラパスタ・五分搗き・七分搗き → 「**セミ全粒**」に変わります
パスタ製麺所の変更後、小麦・麦生産者と製粉所との連携、またアサクラ側のリクエストの関係上ロットにより分搗き具合がかなり違って到着し、その為にこれまでのパスタ分搗き表現がそぐわないことが多々あり、ご迷惑をおかけしております。実際の分搗き加減はこちらに届いてみないとわからないのが現状です。今後は**数字による分搗き具合の表記をやめ、「セミ全粒」と表現させていただきます。**
「セミSEMI」とは『半分、半ば、やや』などの意味を持つイタリア語です。全てのアサクラパスタの原料の麦は精白せず外皮の削り加減を麦の種類によって変えています。その為、今後は全てのパスタをセミ全粒と表現させていただきます。実際のラベルはそのままの分搗き表記ですが、新しいロットより随時ラベルも変更していきますので、何卒ご理解いただきますようよろしくお願いいたします。

【**わら一本 500mlのプロモーション企画**】
今月のクローズアップ（注文表裏面）も見てね！
Buona Vita！ レシピ集はご存知ですか？
わら一本の販売促進のために作り始め、No1～12冊になりました。わら一本大瓶 500mlを1本ご購入につき1冊お好きなNoをプレゼントします。ご注文時にはお好きなNoをご指示の上ご注文下さい。特にご指示がない場合はレシピ集をお付けできませんので**ご注意ください。**わら一本イタリア・マルケ州・マイケルさんのつくるエキストラバージンオリーブオイル ¥4230/500ml

香りの害と書いて『香害（こうがい）』を考へる
先月の会津クチーナ（アサクラキッチンスペース）にて料理教室を行っていたある日、その日講師担当の本田が使用する生鮭をそのままパソコン仕事をしていた私のところに持ってきて、においをかかろうと差し出すではないですか。鼻を近づけると鮭の皮から男性整髪料のにおいがはつきりする。最近炊いたご飯から、カップに注がれたコーヒードから、スライスしたパンから、食品からフローラルの香りがすることがありました。またエレベーター内、電車内、タクシー、クローズされた中ではその香りがはつきりわかり昔は化粧品や香水のきついにおい位でしたが今は衣類の柔軟剤や消臭剤、シヤンプーリンスなど多岐にわたります。それらは昔よりもっと強い香り、化学物質が使われているのは察しがつき、植物などから香る自然なものとは違い非常に違和感を感じます。ひどい時は咳や頭痛にいたることもある（私が）。クチーナでは既にこれらに気がついてはいる実際香害で困っている方も参加されるので、香害についてどうにかして知らない人に気づいてもらいたいと本田と話していたところ、以前「自然栽培普及協会の冊子コンパス」にて同協会副会長・河名秀郎氏（榎ナチュラルハーモニー）が詳しく書かれていたのを思い出し、河名さんの承諾を得てここに転記します。多くの方に知ってもらいたいし、自身に降りかかる化学物質の害について気がついてほしいです。以下抜粋しました。スペースに限りがあり残念ですがお読みください。以下
『**イソシアネートと香害**』イソシアネートは今、ダイオキシシンやホルムアルデヒド以上に人体を脅かす化学物質として注目されています。なぜなら、イソシアネートはごく薄い濃度でも健康被害が重大、にもかかわらず肝心の環境規制がないからです。イソシアネートそのまゝ含む製品には塗料・接着剤・硬化剤・防水加工に使われるシール材さらにアスファルト、コンクリート・モルタル・漆喰など建築に使われることが多く他にもベッドのマットレスや断熱材、弾力性のある合成繊維、そしてゴムやタイヤなどにも使われています。人が触れた場合、目や皮膚、呼吸器の炎症を起こす厄介な化学物質とされています。においもなく人知れず人体を阻むイソシアネートの存在だということ。それは液体のまま混ぜて使っている道路工事の存在だということ。柔軟剤の匂いの正体は人工香料です。この人工香料というのは化学的に合成、もしくは抽出された化学物質であり、気化した化学物質が鼻腔内の嗅覚受容体にキヤッチされて匂いを感じとるのです。その匂いを感じている化学物質が体内に侵入しているということなんです。この化学物質が内分泌攪乱物質として作用したり、化学物質過敏症を誘発したり、そして何より五感の中でもきわめて重要な嗅覚を麻痺させてしまいます。そして問題は人工香料ばかりではありません。柔軟剤の中にはイソシアネートが使われているのです。柔軟剤の持続性を高める目的として、柔軟剤の香料の成分をイソシアネート原料のマイクロカプセル『ポリウレタンカプセル』に包摂しているのです。衣類をボンとたくと匂いが出てくるのは、たたくことでカプセルが壊れて香りの成分が出てくるという仕組みです。実際に匂いで体調を崩すケースが相次ぎ、日本消費者連盟は2017年に香害で苦しむ人を対象にした電話相談『香害110番』を実施したところ、近隣の洗濯物や職場、学校などで充満する香害で日常生活を送れない程の苦しい症状を抱える声があふれたそうです。ちなみに『香害』とは柔軟剤・消臭除菌スプレー・制汗剤・芳香剤、合成洗剤などの強い香りや強い製品による健康被害を言います。以上ココまで。香害を認識することから始めましょう。（れ）

かんたんレシピ ～忙しい12月だからこそ～ より簡単に！

煉獄のたまご (Uova in Purgatorio) purgatorio 「煉獄（れんごく）」とは、カトリック教義の中で天国に行く手前の修練の場・すぐにぱっといけない人向けにそこで苦行する場を言う。トマトソースをさっと煮ただけの中に生の卵を落とし入れたトマトのポーチドエッグの出来上がりの様はまるで煉獄のよう、ユニークなネーミングの料理。

材料/たまご2個・玉ねぎ1/2個・シチリアのパッサータカップ1/3～・コンチェントラトデルマーレ（アサクラおすすめお塩）少々・野生のオレガノ・あればイタリアンパセリ
作り方①玉ねぎはスライスする②蓋つきのフライパンに玉ねぎを広げ、その上にシチリアのパッサータを注ぎ、EVOを加えて蓋をして煮る③4～5分煮て玉ねぎが柔らかくなったたらトマトソースにすこし卵の入る分の穴をあけて卵を割り入れる④蓋をして1～2分加熱してお好きな硬さに仕上げる⑤卵にコンチェントを少々振り仕上げにイタリアンパセリのみじん切りを添える（YouTube アサクラ CHANNEL VOL.82 11/22(月)配信予定）

