



# 2023 アサクラ オルチョ通信 3月号

公式サイトのニューズレターに登録するとお知らせや活動情報をご覧になれます！スマホでかんたん↑QRコードをご利用ください！

2月はほとんど雪のない会津でした。雪がないのは超助かるのですが雪がないと困る事項も多々あり複雑な気持ちで3月を迎えました。陽がどんどん延び暖かい日差しも感じられるようになりましたが、先日数年ぶりにスキーに行きました。スキー事情が激変しているのに驚きました。それはスキー板が短く幅広で超滑りやすい！板のお陰で転んだのも1回だけ、気持ちよく滑りました。また山の頂上から見た景色が素晴らしく山、山、山！会津は四方山に囲まれているのがよくわかりました。晴れて真っ青な空と雪の白のコントラストに目で癒され、冷たすぎる空気が肺一杯に入りリフレッシュできました！美しく清浄な大自然を目に焼き付けて帰ってきました。

## 大人気！チエチ味噌（ひよこ豆）の 味噌原材料キット販売とWS開催

セット（小）チエチ200gと生麹セット¥1450  
セット（大）チエチ1kgと生麹セット¥5800  
注意 塩は含みません/オリジナルレシピ付  
ご予約申し込み/オンラインショップ

ASAKURA select より(HPのNEWS欄に記載)

■ワークショップ講師初回時の料金詳細

・交通費往復又は片道分・講師料¥13000

(取扱店様にお問い合わせ下さい)

・材料は実費（チエチ・麹・塩）

## 【価格改定のお知らせ】

度重なる改定で心苦しいですが

下記アイテム価格改定になります

- アンチョヴィフィレ/¥2980→¥3360
- ファッロ麦の粉  
全粒粉 500g / ¥891→¥930  
セミ全粒 // 在庫分¥891→在庫終了後¥975
- チエチの粉 500g/ ¥1188→¥1350
- オレガノ 5g/ ¥540→¥585  
// 10g/ ¥833→¥850

## EVO オルチョサンニータ プラキャップカバーについて

只今販売中ロットのオルチョの蓋のカバー部分の外し口がいつもより突出しています。くれぐれも気をつけて開封下さいようお願い致します

### オイル瓶は必ず立てて保管

横にして保管をすると、オイル注ぎ口・瓶首辺り（緑や黒のシーラーの部分）から、すぐにオイル漏れ出ませんが長時間かけてじわりじわりと染み出てきますので瓶は立てて保管、発送をお願い致します。

におい、気になりませんか？（食品のにおい）  
今回はわりわり世の中に浸透している「化学物質のにおい」についてです。  
以前のオルチョ通信（二〇二二年十一月号）からお読みいただけます。にも書きましたが衣服に染み込んだ化学物質についてでした。今日は食品についてのにおいについてです。  
私は地元スーパーマーケットで魚を買いますが、かなり前ですが生（秋）鮭の切り身の表面から洗剤かシャンプーのようなにおいがしてびっくりにした経験があります。魚を処理した人の服や手、髪の毛に染みついた香りが切り身に付くのかは疑問で、もしくは洗剤で魚を洗っているのか？いずれにしても解せませんでした。そして先日同じスーパーにシジミが売っていました。それは東北の有名なシジミの産地のものでした。いつもと違うパッケージで特別感がありシジミ汁食べた！と、貝は気をつけるようにしていましたが即購入しました。砂出し翌日の料理教室直前の賄いで食べようと台間に準備しましたが時間がなく味噌を少なめに入れたのが不幸中の幸いでした（笑）汁をすすったら「？？？」なんか変だな、と思いつつシジミの身を食べたら、「ぎゃ〜〜」明らかに洗剤のにおいです。口の中にものを入ると鼻腔ににおいを通るのではっきりわかります。ちなみに確認の為もう一つ身を食べてみたら同じ結果でした。これはまた魚屋か！と思いつつこんでいたのですが・・・  
それを友人達に話したところ、そうではなくしじみが生きていたあるいは鮭が生きていた湖・海の問題では？と言われハツとしました。そういえばシジミからした洗剤の味は身の奥深くまで浸透していました。  
現役の看護師さんに聞いたことがありますが生まれた赤ちゃんからも洗剤のにおいがする場合があるそうで（お母さんが使っているシャンプーのにおいの成分が羊水まで到達しているという事）そのにおいでメーカーまでわかる！そうです。笑えない事実です！  
シジミのにおいの真偽は確認していませんが、生活排水は下水に流れ、ある程度浄化され川や海に流れます。以前も書きましたが、最先端の化学物質の香り成分はカプセル状になっており強い香り成分を閉じ込めます。その仕組みと成分により、においが（メーカーに言わせると良い香りが）長持ちする仕組みになっています。その成分はイソシアネートと呼ばれ決して私たちの身体にはよくない化学物質です。家庭で使われる洗剤・柔軟剤などの化学物質は下水に流れそれが川にそして湖・海に流れ魚や貝が食べてそれらを食べる私達にもつながります。そして今回食べたシジミ・・・に繋がっていたのかもしれない！  
今すぐそれらを使うことをやめない限り海に流れ出たそれらの成分を浄化するには長い年月がかかるのは明らかです。強いそれらのにおいが好きだから、または嫌なにおいを消すために使う人もいるようですが、自分都合ではなくもつと大きな視野で生活排水がどのように循環するのか、それらは海や川に流れ海にすむ生物に影響し、また蒸発し水蒸気となり山や大地にそして私たちが吸う空気に影響します。目先の利便性ではなく視野を大きく持ち知ることが急務です。どのように私たちの行動が自然界に影響するか、現実を知り自身で腑に落とさない限り変えることはできません。このエピソードをみなさんご利用下さい！（笑）  
そして理解した人で声を上げていきましょう（れ）



## かんたんレシピ〜ヴィーガンプリン〜（アサクラ CHANNEL・VOL133・2/27 配信）

穀物菜食（アンデス料理）のお宿タンポ・ロッジの料理長大屋敏男さんのレシピです。ライスミルクでやるのをお勧めしますが豆乳でもできます。（コツがあるので是非チャンネルで！）材料/チエチ粉 44g・メープル 32g・ライスミルク 320g・アサクラ EVO10g・コンチエントラートデルマーレ（おすすめお塩）ひとつまみ・バニラビーンズ小匙 1/3（カラメル/砂糖・水各 40g）つくり方/①プリンカップにEVOを薄く塗っておく（分量外）②カラメルは砂糖と少しの水を鍋に入れ強火で加熱する、砂糖の粘性が出て焦げてきたら残りの水を入れプリンカップに入れる③チエチ粉をふるう④チエチ粉以外を全て鍋に入れ強火で沸いたら火を止めて泡が収まったらチエチ粉を入れ泡だて器で混ぜる⑤熱いうちにミキサーにかけてプリンの型に流し入れる⑥冷蔵庫で1時間程度冷やし完成

