

2024 アサクラ オルチョ通信9月号



公式サイトのお知らせや活動情報をご覧いただけます！スマホでかんたん↑QRコードをご利用下さい

いつもありがとうございます！暑い8月でしたね～夏は40℃近く、また冬はマイナスになる日本。一年を通しこんなに気温差がある中で生きている私たち人間はすごい生物だなんてつくづく思います。体が大きく力強い恐竜は全滅してしまいましたが夏に湿気の多い台所などで見かける嫌われものの真っ黒い物体（虫）は古代から絶滅することなく現在も生息している数少ない虫だそうです。何万年の間に様々に変化してきたであろう気候やその他の不都合をあつた黒い物体はどのように乗り越えながら生きてきたのか？非常に興味があります！そういう人間も長い間絶滅することなく生きてきている。やっぱり人間はすごい！と思います。人も黒い物体もこれからどのように変化に対応していくのでしょうか。100年後、1000年後を見てみたい！

【次回入荷案内】

●EVO オルチョサンニータ

次回入荷は10月中旬予定

ご予約承ります

500ml ¥4428 750ml ¥5670

●塩漬けケッパー

次回入荷 11月以降の予定

【セールします！】EVO ボルゴデイサンニータ 2022 産

賞味期限/2024年12月31日

オルチョの不安定な入荷ではご迷惑をおかけしています。オルチョ姉妹品の「ボルゴ」は、オルチョ欠品が続く中で大活躍ですが賞味期限が近づいてきました。オルチョが欠品中にセールをします！！賞味期限後すぐに劣化するわけではありませんので、是非この機会にまとめ買いはいかがでしょう。

6本セット 20%off



WineVinVino (ワインヴァンヴィーノ) in Fukushima2024 (9月21.22.23日) 福島駅東口から徒歩5分『まちなか広場』11:00-19:00

グラス(購入又はレンタル)1つで各ブースのワインや軽食・おつまみを購入するシステムです。県内外の活躍する飲食店のワインと料理を一度に楽しめる年に一度の福島市のお祭りです。アサクラは22日(日)に出店します。イル・トルキオのワイン3種をグラスで販売、またボトルでもお買い求めできます。わら一本などのオリーブオイル、アサクラアイテムも販売予定。泊りがけがおススメです！

電子レンジのこと

さて、暑いので(何度もすみません)何を書こうかとなかなかネタをひねり出せない中、snsであるお医者さんが書いた投稿を読み今回はその投稿を転用させていただきます。料理教室でも「蒸し煮」を頻繁にします。鍋に具材と少量の水を入れて蓋をして火を通す方法です。それを見た参加者さんにその工程を「電子レンジでチンしてもいいか？」とよく聞かれます。出来上がりを見て食べただけだと、これはチンでもできる！と参加者さんは思うわけです。電子レンジ加熱は出来上がりは同じように見えて味も同じように出来ると想像できますが、鍋で料理するとは全く違います。実際出来上がりの風味や味にも雲泥の差がでます。なぜお勧めしないかわいかなぜ変わるのかこの投稿を読み電子レンジで温める・加熱するとはどういうことか知ってもらいたいです。以下、医師・内海聡さんのsns投稿からの抜粋です。

電子レンジは電磁波を発生する調理器具でレンジ内で食品は急激なエネルギーを与えられ、発がん性の活性酸素(フリーラジカル)が増大したり、体内で代謝できない物質に変性するなど、目に見えない変化が起こることが多くの研究者から報告されています。1976年、旧ソビエトなどでは、電子レンジの使用を国家レベルで禁止したほどです。

電子レンジの危険性を簡単に述べれば、
1. 発がん作用 2. 食べ物の栄養の破壊 3. 被爆による生物学上の影響、です。
電磁波問題の世界的権威ロバート・ベッカー博士(ニューヨーク州立大学)は電気器具から出る電磁波の「安全基準」は1ミリガウスとし、電磁波の悪影響を受けるのは「成長中の細胞」であると結論付けています。「国立環境研究所」では、4ミリガウス以上の場所で暮らしている子どもは、白血病 4. 倍、脳腫瘍 10.6 倍の罹患率となつてると報告しています。電子レンジの研究で著名な一人にヘルテル博士という方がいますが、彼は電子レンジされた食べ物の栄養素が血液と人体の生理に及ぼす影響についてこう述べています。

「電子レンジは※退行的な力を電子レンジされた食べ物に作用させる」
「電子レンジは、電子レンジ調理された食べ物の栄養素を変え、その変化はその料理を食べた人の血液を通じて人体の退行を促す」
食品を温めるなら、もう少しリスクの低い方法を選んだ方がいいでしょう。
対策をとったり規制を強化していかないのは先進国では日本くらいかもしれません。スウェーデンでは2ミリガウスを目安に小学校、幼稚園近辺の鉄塔の撤去や移転、住宅密集地近くの送電線の撤去などを地域の中で行っているそうです。アメリカも州ごとに磁界の規制があります。イギリスなどは電磁波対策の一環として16才未満の子どもの携帯電話の使用を控えるように勧告しています。イタリアは幼稚園、小学校などで2ミリガウスに規制されているそうです(以上投稿より)

※退行/生物の発達や進化がある段階で止まり、むしろ元に戻るような変化を起(こ)すと(200辞書より)

『温め直し』は私の師匠たなかれいこさんに教えてもらった方法をお勧めします。「鍋に少量の水を入れその上にクッキングシートを鍋底から側面までカバーし水がペーパー上に入らないようにします。温めたいものを上に置き密閉できる蓋をしたら点火。好きな時間、弱火で加熱します。蒸し器を使うより断然手軽です。(れ)

小イワシのオープン焼き (アサクラ CHANNEL9/19 配信予定) EVO わら一本の生産者マイケルの奥さんマルタが出演します！ 材料/小いわし又はいわし 2尾・塩(コンチエントラートデルマーレ)少々・パン粉適宜・イタリアンパセリ少々・ミニトマト5粒・アサクラ EVO 大さじ2・酢小さじ2 つくり方/①小いわしは頭内臓を取り背骨も取り開く(普通のイワシは三枚おろしにして骨を除き1尾を4フィレに)②イワシの身に塩を全体にふる③耐熱皿にEVOを全体にひく④イワシの両面にパン粉をまぶして耐熱皿に敷き詰める⑤ミニトマトを縦に4等分にカットしたものとイタリアンパセリのみじん切りを上からちらしてEVOを回しかけ、酢も同じく全体に回しがける⑥180℃に予熱したオープンで15~20分焼く

