

あいのう消費者の会

いきいき通信

発行 愛農消費者の会いきいき通信編集部

連絡先 愛農流通センター名古屋本部

名古屋市天白区井口2丁目903番地



これからの農業は、野菜を作って売るだけではなく、実際に調理しながらなど、経験をもとによいものを知ってもらうようにしなければいけないと考えているよう

農業は技術 味は新鮮さ

三重県多度町の
鷲野農園を訪問

鷲野さんの圃場に愛農高校一年生の息子を連れて行きました。小学生のときは豊田市小原まで米を作り家族でせっせと出かけたものですが、走り回っているだけで農業の「の」の字も学んでなかったと思います。

今では学校での体験が多少役に立っているのか、鷲野さんの「仕事」としての農業と、学習としての「農業」の差を感じているようでした。



野菜を収穫する鷲野さん

です。年に一回圃場に来て収穫の体験だけするのでは不十分というわけです。

しかし、鷲野さんの野菜は生でも十分美味しいです。

茄子は種が少ないほうがおいしい。キュウリは二つに切って、もう一回くっつけても落ちないようなものもいい、ピーマンもジャンボサイズの物がみずみずしく

おいしい、など鷲野さんの経験と研究で培った自然の力を借りて、農薬や化学肥料を使わない栽培方法の話聞きながら野菜をかじっている、あつという間に

時間がたつてしまします。

一番大切なのは、「新鮮さ」。採りたての茄子と三日後に食べる茄子では、味はまさしく雲泥の差です。

(森嶋久典)

人気の時代小説「みをつくし料理帖」で

粉末高野豆腐の料理が登場

「いきいき通信で紹介されていた高野豆腐の粉、高田郁著の『残月—みをつくし料理帖』に高野豆腐を揚げ物にする苦心作として、衣にする方法が紹介されているのをご存じですか？私自身は高野豆腐はじっくり炊いたのが一番おいしいと思いますが、食べられない人にはよい方法かも」というお便りを消費者のKさんからいただきました。

「みをつくし料理帖」は以前、いきいき通信の本の玉手箱で紹介したことがある人気の時代小説です。そこで、高野豆腐の粉を小説の中でどのように使っているのかレシピを調べてみました。

作り方 ①水で戻し、水けを絞った高野豆腐を醤油、日本酒、おろししょうがを合わせたものに15分漬け込む。②つけ汁をしっかりと絞った高野豆腐に粉末高野豆腐（または高野豆腐をすりおろしたもの）をまぶし、30分以上寝かせて衣をなじませる。③寝かした高野豆腐を油で揚げる。最初は低温で、徐々に油の温度を上げながらこんがりと揚げる。④仕上げに青のりを散らす。

詳しい作り方は小説を参考になさってください。

産地も生産者もはっきり
安心、安全な鷲野さんの米粉

愛農では鷲野さんの米粉も販売しています。鷲野さんの米粉は、100%三重県産の鷲野さんの育てた特別栽培米コシヒカリを使用しています。

一般的な米粉は、国産でも産地と生産者を限定すること

は少ないので、素性のはっきりしている鷲野さんの米粉は貴重と言えます。製造も指定工場で行っています。

米粉はメーカーや生産者によって粒子の細かさが異なり、お菓子やパン作りのときには必要な水分量が違ってきます。鷲野さんの米粉は、粒子が細かくサラサラのパウダー状でした。パンを焼くときに使ってみたところ、モチっとしてしっとりしたパンが出来上がりました。

定番商品なので、注文書に載ってなくても通信欄で注文できます。

商品名「鷲野さんの米粉」、内容量200g、価格270円(税込)。

EM活性液で米のとぎ汁も無駄なく活用

注文書のお便りコーナーに、EM活性液を生活に取り入れて10年以上という方からのお便りを載せさせていただきました。より詳しくお話がうかがえたらと、「いきいき通信」スタッフでお願いをし、お宅を訪問させていただきました。

「EMの担当は主人で、私は使うだけなんです」とのことでしたが、とても参考になるたくさんのお話をしてくださいました。まず、EMに興味を持たれたきっかけは、ご主人が比嘉照夫先生（EMの開発者）の本を読まれたことからだそうです。そこから、米のとぎ汁を排水として流すことが環境汚染につながるの、米のとぎ汁発酵液を作り始めたそうです。毎日できるとぎ汁で作っていくので発酵の進み具合に応じて、家の中での置き場所もそれぞれに管理されていました。

発酵液だけでなく、「ストチュウ」という酢と焼酎とEMと糖蜜から作れた農作物への防虫効果のあるものも作っているそうです。これをスプレーしていたら「葉ものによく効きましたよ」とのことでした。

聞きたいことが次から次にでてきて、EMの話だけでなく「愛農さんとのお付き合いは、知多営業所ができたときからです」とか、3人のお子さんの子育て中の食生活・学校生活について等時間があつという間に過ぎてしまいました。今回お話をうかがってみて、ご夫婦が同じ方向をみて暮らしておられることがとても素敵に感じられました。本当にありがとうございました。

(K)

米のとぎ汁を使ったEMの活性液の作り方

取材でうかがった消費者の方からEM活性液の作り方を教えていただきました。洗濯や消臭などに活用してみてください。

材料 2ℓのペットボトル、米のとぎ汁（ペットボトル8分目）、砂糖（白砂糖が醗酵しやすい）20g、

EMW20cc（キャップ2杯。EM1でもできますが色がつく場合があります）、塩少々

作り方 ①砂糖、EMW、塩をボールに入れ、ペットボトルからとったとぎ汁を100cc加えてよく混ぜる。

②①をとぎ汁のはいったペットボトルに入れ、ボトルを振ってよく混ぜる。

③冷蔵庫の横や暖かいところに置く。直射日光は当てないほうがよい。

※時々キャップをゆるめて、ガス抜きをする。

※夏で10日後、冬なら2週間程度でできあがります。

※腐った臭いがしていなければできあがりです。



読者のお便りコーナー



☆38号の「食品選びは自分の基準と責任で」のSさんの記事を拝読し、添加物の数に驚きました。「訳ありの安い物は買えない」と私ももっと胸を張りたいと思います。良品は確かに高いです。でも食べることを大切に思えば、生産物に誠実になれると思うし、喜びを持っていただくことができると思います。人に「そんなに高いものを買っているの?」と言われたことがあり、胸を張れずにいましたが・・・私自身にも誠実になりたいです。（Sさん）

☆40号の本の玉手箱で紹介されていた「よかたい先生」の本をこの夏、小学3の息子と読みました。今年の読書感想文の課題図書でしたので、最初は感想文のために読んだのですが、ほかの資料を調べたり原田先生の語られた言葉を調べていくうちに、非常に考えさせられました。安全なものを食べられる幸福をありがたく思います。（Mさん）

あいのう消費者の会 勉強会のお知らせ
添加物勉強会

☆11月10日(月) 東海市市民活動センター
9:30~12:00

石けん勉強会

☆11月5日(水) 知多市旭公民館
13:00~15:00

※問い合わせ・申し込みは各営業所まで。お住まいの地域での開催クエストもお待ちしています。



編集後記

消費者の会でご夫婦で米のとぎ汁でEMの活性液を作っていたら、消費者の方を訪問しました。そこで廃油とEMで作った液体石けんをいただきました。

手荒れもせず、汚れもよく落ちるとのことでした。子どもが持ち帰った給食の白衣を洗濯するとき、残っている合成洗剤の臭いが取れずに悩んでいましたが、一晩漬け込んでみたら臭いもすっかりとれていました!! これまであらゆる方法を試しても合成洗剤の臭いはなかなか取れなかったので驚きました。手に入る機会のある方はお試してください。（じ）