

いきいき通信

発行 (株) 愛農流通センター
 あいのう消費者の会 いきいき通信編集部
 知多郡東浦町緒川下出口22-1
 FAX (0562) 84-2352
 ainou_ikiki@yahoo.co.jp



氷をまいて寒天を上手に凍らす

白く漂白
 寒天は
 んだろ。
 いて寝る
 浦さんは
 ます。三
 養生を
 雨が降れ
 養生を
 する。三
 浦さんは
 いて寝る
 んだろ。
 寒天は
 白く漂白

なぜ海のないところで藻を使っ
 た加工品を作っているのだろうか。
 この答えは、山岡(恵那市)に
 行ったらすぐに理解できた。そ
 の山岡に入ったとたん、道路
 が凍り始める。なぜか空気が冷
 たい。そのくせ雪は積もらない。
 星が出る。放射冷却で一気に気
 温が下がる。本当に寒いところ
 だ。これが、寒天作りに適した
 気候だと言う。もともと大阪の
 高槻で生産されていた。今では
 茅野(長野)と山岡だけで日本
 の手作り寒天を作っているらし
 い。

厳しい寒さ利用し良質寒天を
 生産者の三浦一成さん

が、味もよく、寒天の食感もま
 あまあいける。しかも翌日は非
 常にすっきりした気分になった。
 お通じがよくなるのは本当にあ
 りがたい。(森嶋久典)



山岡名物寒天ラーメン

道山明
 山岡智
 駅鉄
 で寒天ラ
 ーメン(麵
 とスープ
 で57円)を
 食べた

されている製品が多い。三浦さ
 んも5%のみ無漂白。漂白する
 意味は見つからなかった。なぜ
 なら、原料の天草は水で洗いな
 ら、原料の天草は水で洗いな
 にさらしておけば自然に白くな
 るからだ。白さも漂白したもの
 と変わらない。冷凍庫があれば
 夏でも生産できるが、作り方か
 ら見てもやっぱり寒天は冬の風
 物詩だ。

形で原料、食感も違う寒天

三浦さんの寒天は注
 文書で購入できます
 (商品番号44-243細寒天、50g、税込443円)。細い
 糸状の無漂白の寒天です。三浦さんの寒天は主に和菓
 子の材料として使われるので、漂白した寒天がほとん
 どですが、この商品は愛農消費者のためと三浦さんの
 思いからできた商品だそうです。

このほか愛農では粉末寒天(商品番号44-246 4g
 ×5袋入り、税込み284円)も扱っています。購入は天
 白店、または注文書の通信欄でご注文ください。

寒天には、さまざまな種類がありますが形状によっ
 て、原料の配合が違ってきます。糸寒天はテングサ10
 0%、棒寒天はテングサとオゴノリを混ぜて作ること
 が多く、粉寒天はオゴノリから作られます。食感もそ
 れぞれ微妙に違います。主に糸寒天は恵那市山岡町、
 棒寒天は長野県茅野市で作られています。糸・棒寒天
 は昔ながらの手作業で作られますが、粉寒天は工場
 で加工されます。手軽に使える粉寒天ですが、安い輸入
 原料を使った低価格の商品もあるので、選んで買いた
 いですね。(じ)

寒天で簡単デザートにチャレンジ!

寒天ゼリー
 粉寒天2g、葛粉10g、お好みの100%ストレートジュ
 ース600ccを小鍋に入れ、かき混ぜながら寒天を煮溶か
 します。葛粉を入れるとぶるんとした食感になりま
 す。葛粉なしでもできますが、その場合は寒天を4g
 に増やしてください。粗熱がとれたら、あとは型に
 入れて固めるだけ。寒天は常温でも固まります。

寒天抹茶プリン

豆乳650cc、粉寒天2g、葛粉25g、砂糖30g、抹茶5g、
 塩少々を上記と同じように作る。豆乳は200ccまでを
 水に置き換えられます。砂糖をメープルシロップ大
 さじ4に替えてもOK。(レシピ提供ともにNさん)
 ☆我が家では寒天ゼリーを鍋のまま固めることも。
 固まったらスプーンですくって取り分ければ、洗い
 物も簡単。カノウユミコさんのレシピ本「菜菜スイ
 ツ」に掲載の寒天ベイクドケーキはおすすめ。寒天
 を煮溶かさず、焼くという斬新なアイデア!チョコ
 ケーキも簡単に作れますよ。(じ)

世代を超えて食の勉強

豊田自然に学ぶ会

毎月第一火曜日に、豊田市竜神交流館で開催しています。

責任者の八並(やつなみ)千春さんが、月刊誌を基に

話をし、その後調理、試食。午後は、月刊誌を読みなが

ら質問したり、手当の仕方

など色々なお話をします。

時々こんやく湿布を体験

したりします。参加者は約

二十人で、子育て真っ只中

の若いお母さんから、孫育

てのベテラン主婦まで幅広

く、皆さん楽しくお料理し

ています。

東城先生の料理は、すべての材料を捨てないで使い切

ります(食べ物の命をいただく)。基本的に皮はむきま

せん。玉ねぎの皮はお茶やスープに、だしを取った昆布

や鰹節は佃煮に変身します。

このような料理を初めて見た人はびっくりします。

面倒くさいと思われるかもしれませんが、「手抜き心抜

き」の弊害が、今問題となっています。朝、お母さんが

台所に立ち、ご飯、味噌汁をつくることから始めてみま

せんか? 食事を手作りするだけで、子供さんが落ち着い

てきます。なにより健康になります。お母さんの愛がいっ

ぱい詰まった手料理が、一番のビタミン剤だと思います。

いろいろな世代の方々と交流を深めながら、子育ての悩

みやいろいろな情報交換の場でもあります。問い合わせ

は山添(電話0565-53-1434)まで。(山添裕美子)



会話をしながら楽しく調理

大田篤氏講演会

1部「真の情報を知る!」では、放射能、インフルエン
 ザや子宮頸がんなどのワクチンなどをデータやこれまでの
 の事実をもとにわかりやすく解説。2部「日本人としての
 使命」では、「日本は世界の雛形」といわれるワケ、
 これからの時代に求められる生き方など日本人としての
 誇りを感じられる話をする。

2月24日(日)1部 12:00~15:00、2部 15:15~18:30

三好丘交流センターホール(みよし市ひばりヶ丘2丁目

1-1、TEL0561-31-0118

参加費 1部のみ 2,500円、2部のみ 2,500円、

通し 4,000円、当日参加はプラス500円。予約制。

参加・申し込みは小宮山(こみやま)さんまで

携帯080-51304594、Fax:0561-36-6688

Mail: kei-kmym2618@ab.auone-net.jp

わが子が愛農高校に入って⑧
 環境にやさしい校舎に変身
 愛農高校はもうすぐ五十周年。
 今校舎の見直しをしている。宿
 泊棟は創立の時からなので、こ
 だわりの昭和。校舎は創立当時
 からで、何の変哲もない鉄筋三
 階建。寒い・不便・古いの三拍
 子だったのを、耐震化工事でな
 んと素敵に変身した。
 環境に優しい有機農業にこだ
 わっている愛農らしく、校舎も
 お金をかけずに環境に優しくこ

だわった。CO2を減らす耐震
 化工事では、三階を切り捨て二
 階建てにした。床下は屋根で温
 められた空気が回るようにし、
 暖房しなくても寒くない校舎に
 した。内装には学校の演習林の
 杉やヒノキを使い、机や椅子も
 生徒が切り出したヒノキで作っ
 た。
 同じコンセプトで、三階を
 切り捨てて足りなくなった教室
 を作る計画が進んでいる。校舎
 の床は安全なワックスを生徒た
 ちが塗った。上履きはないほう
 が気持ちいいのだが、生徒の汗

が床を汚すので布草履をはいて
 いる。寝転がっても大丈夫で
 ある。自然の暖冷房で空気もき
 れいで心地いい。
 しかし、他は古いので寮も食
 堂も宿泊棟も昭和そのもの。映
 画のロケでもできそうである。映
 生徒はそれを少しも気に留めて
 いる風はなく、窓を開け放ち、
 トンボやカメムシが飛び込んで
 くることを受け入れている。も
 ちろん風向きによっては家畜の
 匂いもする。そのほうが好きな
 子が集まっているのだと思う。
 (丁)

ひな祭りにまつわるエピソード大募集!

我が家のひな祭り、子供のころの思い出、おす
 すめレシピや食材など、ひな祭りに関するお便り
 を募集します。3月11日発行予定の3月号に掲載
 予定です。お便りは、注文書の通信欄にお書き
 ください。

編集後記

記事で紹介した豊田自然に学ぶ会
 に参加してきました。調味料は塩、醤油、酢な
 どシンプルですが、皆で作った料理はどれもお
 いしく、どこかほっとする味でした。野菜の皮
 やへたも使うので、出た生ごみはほんの少量な
 のも驚きでした。食後に聞いた参加者の深い話
 もためになりました。(じ)