

あいのお消費者の会 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

消費者の会 おせち作りに挑戦

あいのお消費者の会は、大府市のげんきの郷調理室で、おせち料理の試作と愛農米の新米の試食会を行いました。

この日は、豊田市在住の消費者、八並千春さんと山添裕美子さんに、栗きんとん、伊達巻、田作り、柚子なます、煮しめを教えていただきました。まるごといただくということで、下ごしらえでは野菜の皮はむかず、煮しめのごぼうやレノンコンもあく抜きしませんでした。栗きんとんは、きれいな黄色を出すためにクチナシを入れてサツマイモを煮て、ハチミツで味付けしました。柚子なますは、大根をかつらむきしてから千切りに。菌触りが繊細で、ふわっとした食感になりました。



大勢で作るとおせち作りも楽しい

で十二分ほど焼いてから、甘辛のたれを絡める作り方をしました。フライパンで炒つて作るより、焦げずに上



重箱で見栄えと味もアップ

手に仕上がるそうです。田つくりの代わりには煮干しで作ると、苦みが少ないものができるそうです。

伊達巻は初めて手作りしてみました。甘すぎる市販品しか食べたことがなかったのですが、卵と白身魚の風味がしっかり味わえ、ほどよい甘さに仕上がりました。

余った野菜は重ね煮して味噌汁を、出し殻のかつおぶしと昆布は炒つてふりかけと佃煮、サツマイモの皮も炒つてきんぴら、大根の葉はゆがいて和え物にしました。生ごみはほんのちよつとで、後片付けもラクでした。

下ごしらえから、出来上がるまでわずか2時間。一人で作っていたら丸一日かかってしまいそうなおせちも、とつてもスピーディーにできました。年末にみんなで作って、シェアするのもよいアイデアだと思いました。(Y)

※東城百合子氏発行の月刊誌「あなたと健康」のレシピを参考に作りました。レシピが欲しい方は、「おせちレシピ希望」と注文書に書くか、各営業所にご連絡ください。

作って驚き！手早くおせちが完成

- ☆みんなで作ると時間が短く済むのでいい。意外に手間が掛からなくて助かる。(M)
- ☆伊達巻が卵の色が白くて、おいしそうに見えなかった。(Y)



消費者の会スタッフで作って見ました。

- ☆自己流で作ってきたので、今回の料理教室でやり方の工夫や基本的なやり方を知ることができ、よかった。(S)
- ☆意外に簡単にできる料理もあり、自分で作ってみようと思うものもあった。味は濃くないのに、うま味があって薄味が全く気にならなかった。(M)
- ☆これまで本を見て見よう見まねで作ってきたが、ちょっとしたコツが分かってよかった。楽しかったので来年もやりたい。(T)
- ☆いつも一人で黙々と作るので、一緒に作るのが楽しかった。重箱への詰め方も参考になった。(N)

味・香りも新米に軍配 恵南地区新米を試食

今回は岐阜県恵那市南部の恵南地区の産地限定の愛農米の新米の試食も行いました。新米と二十四年度産のお米を同じ条件で炊いて食べ比べてみました。

「新米は香りも味もよい」、「気づいたら古米は残り、新米ばかり食べていた」、「新米はもっちりしておいしかった」、「味も香りも違うので、新米を食べたあとに、古米は食べられない」、「炊きあがりの香りが

全然違う」、「新米は白くツヤがあり、香りもよかった」など断然新米がおいしいという意見。寿司、カレー、混ぜご飯なら古米で十分という意見も出ました。恵南地区は寒暖の差が激しく、米どころ新潟県の気候に似ていると言います。この気候が甘みのあるおいしいお米を生み出すそうです。数量限定なので、ご注文の方はお早めに愛農にご注文ください。産地と品種ブレンドの愛農米の新米はこれから発売になるそうです。

消費者に聞く

わが家・わがふるさとのお節料理

◎香川ならではのおせち、といえば、やっぱりあん餅入り白味噌雑煮！甘じょっぱさがたまらない。愛知に嫁いだ今も、我が家では毎年、すまし雑煮と両方作ります。それから、おせちではないんだけど、年越し蕎麦は、蕎麦派かうどん派にわかれてました。（Fさん）

◎秋田の実家では、紅白なますに氷頭（ひず）をいれます。氷頭が好きでこればかり食べてました。

おせちで好きなのは、こんにやくとたらこを和えたもの？これは秋田だけなのかこちらに嫁いでからは見かけないので。あと秋田の方は黒豆じゃなく、白い花豆を煮たのが出されます。（Sさん）

※氷頭とは、鮭の鼻先の軟骨の部分のこと。氷のように透きとおっているためこのように呼ばれるそうです。

◎実家（愛知）では、黒豆の煮物に落花生とかち栗が入ってました。母が姑に教わった作り方だそうです。子どものころは、黒豆より数が圧倒的に少ない栗と落花生を探して食べるのが楽しみでした。（Tさん）

◎我が家では、正月に妻の出身地福岡で食べるブりの入った雑煮を食べます。（Mさん）

◎主人が九州出身なのでお節に筑前煮を作ります。（Yさん）

◎ぶどうジュースで煮る黒豆（ノーシュガーで作れる）、リンゴとナシの塩煮を合わせたサツマイモのきんとん、フライパンで皮を焼いて作る花もちを作ります。（Nさん）

読者からのお便りコーナー

♥収穫祭の中止、残念です。今年は行けるように予定を空けておいたのに～。でも、早めの勇気ある決断だと思います。（Nさん）

♥（10月号で掲載した）ホットシップ勉強会希望します。こんにやく湿布はやってみました。気持ち良かったけれど、臭くてあきらめていました。ホットシップ購入したいです。（Kさん）

♥セールに行かせてもらいました。普段なかなか顔を合わせることでできない社員さんとお話ができうれしかったです。（Sさん）

♥福島産のミニトマト毎週注文しています。被災地のその他の農産物もありましたら企画してください。注文します。千葉の二十世紀、お供え用に注文しました。天国の母親が喜んでくれました。（Sさん）

種はいのちを支える源（下）

種はターミネーター技術（成長して実った二代目の種をまいても死んでしまう）や、さらに進化させたトレーター技術（発芽、収量、耐病性など特定の働きに関わる遺伝子を人工的にブロックして自社の農薬などを散布しない限り、それらの遺伝子が働かないようにする）も開発されています。さすがに世界中から批判を浴びたので、食用作物には使用しないとのことですが、アメリカ政府は綿花については、ターミネーター技術の応用化を認めました。

私たちの知らないところで、どんどん新しい技術が使われています。もともと自然物にないものが、認められるようになっていきます。安心、安全な在来種が失われてしまう前に私たちは、「種」に起きていることをしっかり知り、まず、自分で信頼できることから種を購入して育ててみることから始めてみませんか？（猿投消費者グループ 上坂・澤田）

薄い黄身の色どう思いますか？意見募集します！！

「卵の黄身が白いので、弁当作りのとき、もう少し色が黄色いといいのにと。皆様の意見はどうでしょうか？」というある消費者のお便りを注文用紙で紹介したところ、大変な反響がありました。そこで、みなさんの意見をもっと聞きたいと思いました。

白っぽい黄身、みなさんは気になりますか？それとも気にならないですか？黄身がしろっぽいときは、どのように卵を使いますか？お弁当のときの工夫や、卵の色を生かしたい料理のとき、どう白い黄身を使うかのアイデアも募集します。お寄せいただいたご意見は12月号で紹介します。たくさんのご意見、アイデアをお待ちしています。

編集後記 消費者の会でおせち料理を作りました。作りながらみんなでおせちの話をしていましたが、今っておせちをあまり作らないだけでなく、若い世代では食べない人も多いようです。

その一方で、娘を持つ若いお母さんの中には、「自分で作ったことはないけど、いつか嫁ぐ娘のためにも何か作れるようになりたい」という人もいます。お節は決して難しい料理ではないので、一品でも作れるようになる自信持てますよ。料理下手な私でも作れるので、間違いありません。（じ）