

あいぶらんど通信

2010年
9月13日(月)
NO. 11
あいぶらんど運動
推進委員会発行

夏のあいごはんを作成しています！

あいごはんへのご応募ありがとうございます。8月末までで170件のご応募がありました。

あいぶらんど運動推進委員会では皆様のご応募を基に、「夏のあいごはん」の作成を始めました。あいぶらんど商品を中心にまんま通信の商品で夏の1週間をすすメニューの選定です。

「夏のあいごはん」は、配達日からの1週間を材料の使いまわしや旬の野菜などを使ったメニュー、更に、作り残った料理の再利用などを考えて選定しています。しかし、応募いただいたメニューでは豚肉や野菜を使ったものは多数ありますが、魚介類や牛肉を使ったメニューの応募が少ない状況です。

また、応募用紙に記入欄はありませんが、常備菜や残った場合(残す場合)の利用法なども記入いただくと助かります。

組合員の皆さんの力を合わせたあいごうプのあいごはんを作っていきます。

魚と牛肉を使った あいごはんを募集します。

今回応募されたあいごはんメニューには魚介類や牛肉を使ったあいごはんが非常に少なく1週間のメニューを作成するのに苦労しています。組合員さんのご家庭で家族の皆さんに人気のある魚介類や牛肉を使ったメニューを教えてください。

メニューにはあいぶらんど商品が使われていることが前提になりますが主材料でなくても結構です。まんま通信記載の商品を使ったものであれば結構です。ご応募をお待ちしています。また、それ以外の材料でのあいごはんも募集中です。ふるってご応募ください。

応募用紙など分からないことがありましたら、配送の職員にお尋ねください。



あいごうプの31年目の第一歩は、

届けよう、あいごはん。
頂きます、あいごはん。

作ろう、あいごはん
ありがとう、あいごはん

これが「あいぶらんど運動」です。

レモンイエローの玄米卵入り

作り手

生産者は県内産直産地「大郷みどり会」の西塚さんをはじめとする4名です。BMW技術を用いて鶏糞をボカシ肥料にし、田んぼや畑で利用しています。

ここが違う！

光と土を浴びてのびのび

産卵する鶏は、通常ゲージ(かご)に入れられて飼育されますが、みどり会の「平飼」は運動場つきの鶏舎で飼育しています。鶏舎は一坪あたり12羽以内、運動場は一坪あたり10羽の広さを確保し、鶏は土の上を自由に歩き回り自然の光と土を浴びてのびのびと暮らしています。そんな平飼の鶏の卵はコクと張りがあり臭みのない美味しい卵です。

トウモロコシを玄米に切り替える取り組み。

「みどり会平飼卵」の親鶏を玄米で飼う取り組みを進めています。日本の採卵鶏の餌はトウモロコシを中心にほぼ100%を輸入に頼っていますが、このトウモロコシを自分たちで栽培した飼料米に切り替えるので飼料自給率が大幅にアップ、さらには休耕田での飼料米栽培による農業活性化、鶏糞堆肥を田畑へ戻すことにより地域循環型農業の取り組みにもなります。

レモンイエローはお米で育ったから

飼料米中心の卵は、黄身がレモンイエローになりますが、栄養価は変わらず、むしろ脂成分の質が向上して風味もよくなっています。6個中2~5個の玄米たまごが入ります。

朝ごはんの前に裏の鶏小屋に行き、卵を取って来るのが小学生の私の仕事でした。それを炊き立てのご飯にかけて卵かけご飯の味が忘れられず、この平飼養鶏を始めました。



大郷みどり会 西塚さん

みどり会平飼卵

あいぶらんど紹介

活きがいいからお刺身でどうぞ。石巻のイカです。

作り手

布施商店は魚市場で原魚を買付け、鮮魚の販売や加工製品の販売を行っている生産者です。原魚の買付けは主に石巻魚市場、女川魚市場から買付けています。買付から製品になるまで一貫して製造している為、前浜の原魚を高鮮度で加工、製品化することができ、鮮度の良い商品を組合員さんにお届けすることができます。

ここが違う！

『釣り物』にこだわる

石巻に水揚げされた釣り物のスルメイカを生食できる鮮度で急速凍結しました。スルメイカは日本近海に広く生息し、国内でのイカの水揚げ量の半分ほどを占めています。「イカの中のイカ」という意味で「真イカ」とも呼ばれています。

原料は釣り物を使用。釣り物のイカとは1杯ずつ釣り針で釣り上げられたイカなので魚体にキズがないので鮮度にムラがなく、且つ布施商店は朝獲りの活きのよいイカを選び、水揚げから5時間以内で急速凍結しています。

新鮮なイカだから臍も食べなきゃ損！

お刺身で鮮度の良い身の甘さを堪能するだけではなく、是非、臍も活用してください。手作りの塩辛や臍煮込みもおすすです。



布施商店 大山 智彦さん

新鮮なイカだから臍も活用いただけます。



刺身用冷凍イカ

あいぶらんど紹介

「あいコープ食堂」開店です！

組合員の声で、よく聞かれる意見のひとつに「あいコープの材料で食べられるレストランがあればいいのにな」というのがあります。「食堂経営！」まではいきませんが、Wa！わあ祭りの会場に、「あいコープ食堂」なるものを開店する企画を立てました。

メニューは いずれも¥500で

「パンセット」
 ・米粉パン・食パン・ベーコン・ハムかソーセージ・ジャム・蒸し野菜・牛乳

「ごはんセット」
 ・ごはん・味噌汁・秋刀魚の開きか銀たらミリン漬け・匠・蒸し野菜

です。

次回のあいぶらんど通信で食券の予約を受けます。

また、だしでお馴染みのまるごさんや他生産者に協力を求め、当日販売のメニューも考え中です。

今年のお祭りは、初めての屋内開催。皆、お友達を誘って、きてくださいね。

当日は、「あいごはん」の表彰もありますよ。



あ と が き

さんま、箱買いを注文の皆さん、残念でしたね…。私も、注文したんです。

さんまも、暑さに参っているんですね。世界的に地球温暖化防止を問題視して、世界中で、「どうにかしよう」と活動しているけれど、現実には着実に温暖化が進んでいることを物語っていますね。

この、あいぶらんど運動が、私たちの間でだけ進めるのではなく、日本中、世界中の人々が同じように、「生

きていくのに必要な食べ物を、地元で作り、それを無駄なく利用していく」、そんな生活を「あたりまえ」にしてくれたら、食にまつわるエネルギーがぐっと減って、かなり温暖化防止に繋がるはずですよ。

いろんな、工業技術の発展も、大切ですが、まずは、自分たちの生活から見直さなければ、根本的な問題解決にはならないと、私は思うのですが、皆さん、どう、思いますか？

工藤 恭子

メッセージカード

あいぶらんど運動に関するご意見・ご感想などをお寄せ下さい。

数々のこだわりから生まれた「塩紅鮭切身」。

作り手

石巻にある丹野商店の丹野さんは数々のこだわりを持ち製造を行っています。原料には旬で脂のりのよい魚を選び、製造も旨味を逃さない手切りで行います。

ここが違う！

よい時期のものを吟味

原料魚は西カムチャツカ沖合の定置網で漁獲・船上凍結された6～7月の脂のりのよい時期のものに限定しています。

こだわりの製法

原料魚の下処理はうろこを丁寧に取り除くことで、ぬめりや生臭さが抑えられます。塩漬け方法にもこだわりがあり、岩塩だけを使って2日間漬け込み、岩塩が浸透するようにさらに一晩冷蔵庫に寝かせます。短時間でできる塩水漬けと違い、塩だけで漬け込み、熟成させることでたんぱく質がアミノ酸へと変化し、「旨み」が増してきます。また切り身にする工程では、「機械切り」だと水をかけながらの作業になり旨みまで流れてしまうので、丹野商店では手間を惜しまず、すべて包丁で「手切り」しています。だから旨みを逃がしません。



しっかりと熟成させて仕上げました。

丹野商店 丹野 徳雄さん



塩紅鮭切身(中辛)

あいぶらんど紹介

豚の健康は人の健康！放牧で育てた豚肉にこだわります。

作り手

大崎市田尻の放牧場で、放牧豚を育てている高橋精一さんは農業や畜産のビジョンを熱く語る獣医さんです。のら牛、飼料米、あいちゃん牧場などあいコープの畜産の取り組みのアドバイザーとして、ともに自給率向上と地域循環を目指しています。

ここが違う！

豚にとっての快適な暮らしとは？

1頭あたり約100m2の広大な牧場の中は、畜舎と放牧場の隔たりがなく、豚は常に自由に動き回ることができストレスを溜めることなく食欲も旺盛となります。この飼育の基本にあるのはアニマルウェルフェア(動物福祉)。快適な生活環境が豚を健康にし、胴体全体が引き締まり、モモや肩のりがよくなります。肉質がきめ細かく、脂もスッキリして旨みのある肉質になります。

エサを徹底。安全な肉質をつくる。

放牧豚に与える餌はNon-GMOのトウモロコシを中心にして、飼料米を約7～8%配合しています。高橋さん自身も田尻の稲作農家と一緒に飼料米栽培に取り組み、地域循環型農畜産を実践しています。



「生産することの幸福感を語る農業がしたい」です。

高橋 精一さん



放牧豚

あいぶらんど紹介