

種から食卓へ

ベトナムの自然と人々の暮らしを守るために。
seed-to-table.org



特定非営利活動法人
Seed to Table ~ひと・しぜん・くらしつながる~

「食べる」「暮らす」にまじめなあなたへ発信する情報紙

食と生活ジャーナル

Dietary Life Journal

2018
6.20
wed

www.syokutoseikatsu.jp

発行所 / 株式会社びゅうすまいる編集舗・食と生活ジャーナル編集部 〒116-0001 東京都荒川区町屋 3-2-1 ライオンズプラザ町屋 115号 ■ 2018年6月20日発行号
お問い合わせ / TEL.03-3809-3705 FAX.03-5855-0251 ■ URL <http://www.syokutoseikatsu.jp>

身近な「食の話題」探訪

お酢の持つ「防腐・静菌作用」に着目し提案

ミツカン

夏場に活用したい「お酢レシピ」公開

ミツカン（本社 愛知県半田市）では、食中毒が発生しやすいこれからの季節に向けて、「お酢の力で賢く簡単に食中毒対策のお手伝いができるように」と、お酢を活用したメニューやキッチン用品の洗浄方法などを提案。公式サイト上に公開した。

気温・湿度が上昇して細菌が繁殖しやすい夏場は、やはり1年のうちでも食中毒が発生しやすい時期。そんななかで同社は「お酢の防腐・静菌効果」によって、「細菌を増やさない」という視点から様々なアプローチを行なう。

そもそも、「お酢」といえば、「食べ物をいたみにくくする働きがある」というイメージが強い。それは私たちの生活のなかで、た

とえば夏場のお弁当にはお寿司やお酢を使ったおかずを入れたり、魚をお酢でしめたりと、古くから経験的に培われて実践されることで証明されている。また、そうした実際の機能性もさることながら、すっきりさっぱりとした味わいは、暑さでカラダが弱り、食欲が減退したときなどは嬉しい一品となる。

そこで同社が提案するのが、「オクラとミニトマトのフレッシュピクルス（写真参照）」をはじめとする旬の野菜とお酢を使った簡単メニュー。その他にも、「ハンバーグ」などのひき肉料理にお酢を使用してもいたみにくくなるとして、「ひき肉をこねる時に、ハンバーグのたね150gに食酢約小さじ1杯（重量の約3%程

度）を目安に加えて焼く」などの提案も公開している。さらに、お酢の静菌効果は調理に使用する以外にも、台所周りのキッチン用品「まな板」や「スポンジ」の洗浄にも活かせるという、「口にいれても健康上の心配がないことから、小さなお子さんがいるご家庭でも安心して使うことができるメリッ トがあります」としている。



▲「オクラとミニトマトのフレッシュピクルス」<材料> (2人分)
オクラ4本、ミニトマト4個、きゅうり1/3本、黄パプリカ1/4個<調味液> 穀物酢1/4カップ、水1/4カップ、砂糖大さじ5、塩小さじ1 — など、旬の野菜とお酢を使った様々なレシピが公開されている。

<http://www.mizkan.co.jp/index.html>

◎本紙の記事画像はすべてプレスリリースとして公開されているものを使用しています。

後水洗いし熱湯をかける。
②乾いたふきんをかけて、酢水（穀物酢1/4カップ＋塩大さじ1/2＋水3/4カップ）をひたひたにかける。③室温（20℃）で1時間以上置き、水洗いして使用。また、「スポンジ」ならば①スポンジを洗剤で十分に洗って、その後水洗いする。②45℃以上の酢水（穀物酢大さじ2＋塩大さじ1＋お湯1カップ）をボールに入れ、水気を切ったスポンジを浸す。③スポンジを酢水の中であくもみ、15分以上置いた後しぼって使用する — など、様々なお酢の活用方法が解説されている。

学問として学ぶ「カレー学」とは

カレー研究の第一人者で、カレーの文化や歴史、栄養学、地域的特色からレトルトカレーにいたるまで「カレー全般」に精通する井上岳久氏が

代表を務めるカレー総合研究所（株式会社／東京都渋谷区）では、カレーを「学問」として総合的かつ体系的に学ぶことができる市民大学「カレー大学」を開校した。

なんともユニークな取り組みだが、①「カレー概論」②「カレーの歴史」③「カレー社会学」④「カレー商品学」⑤「カレー調理学」⑥「カレー食ベ歩き」などを学ぶことができ、本格的なカレービジネスに携わる人から趣味として極めた人までカレーの知識を体系的に、効率よく深めることができるという。基本的に6科



▲学長の井上岳久氏
(画像出典：カレー総合研究所)

カレー大学

目を5時間で学べる「1日完結型」の講座となっている。

カレー大学学長を兼務する

井上氏は「横濱カレーミュージアム・プロデューサー」を経て現職に至る。2002

年11月にプロデューサーに就任し、入館者数減少に悩む同

ミュージアムを復活に導いた

経歴などを持つ。

食と生活!! NEWS見聞録



▲カレー大学の開講日程などは公式ウェブにて公開中。 <http://www.currydaigaku.jp>

夏のごちそうはいろいろありますが、暑い屋下がり、カラカラに乾いたのどを潤してくれるいちばんのごちそうは、このキーンと冷たい「むぎ茶」ではないでしょうか。全国麦茶工業協同組合では、暦の「麦秋至る（七十二候）」にちなみ、「6月はむぎ茶の季節の始まりにふさわしい」として、6月1日を『むぎ茶の日』に制定しました。（1986年より）
むぎ茶にはタンニンやカフェインなどの刺激成分が含まれていないため、老若男女が安心して飲めるものとして、古くから親しまれている健康飲料です。



食と生活 今日は何の日? 6月1日『むぎ茶の日』

さまざまな理由によって膨大な食べ物が捨てられている一方で、食べ物に困っている人がいます。



私たちは、食べたいのに食べられない人たちに、食べ物を届けています。

Food for All people

すべての人に、食べ物を。



SECOND HARVEST
セカンドハーベスト ジャパン

セカンドハーベスト・ジャパン / Second Harvest Japan
〒111-0053 東京都台東区浅草橋4-5-1 水田ビル1F TEL: 03-5822-5371 / FAX: 03-5822-5372
Facebook: 2ndharvestjapan Twitter: @2ndharvestjapan www.2hj.org 2HJ 検索

※小紙・食と生活ジャーナルはセカンドハーベスト・ジャパンの活動を応援しています。本広告は弊社のCSR活動の一環として無償提供にて掲載しています。

●食と生活ブックコレクション●
～食のリテラシーを高める書籍・ピックアップ～

美人薬膳ごはん

お豆腐×お野菜でつくる

著者：谷口ももよ
【キラジェンヌ】本体 1,600 円+税

出版社キラジェンヌの人気シリーズ、veggy Books の最新作『お豆腐×お野菜でつくる 美人薬膳ごはん』。

著者の谷口ももよ氏は、野菜だけで体のバランスを整える「ベジ薬膳」を提案する薬膳料理研究家として活躍。本書は「お豆腐」が主役のビューティレシピ集となっている。

「実は健康&美容効果が盛り沢山」という「お豆腐」と、美容への効果効能が高い野菜を組み合わせた体の中から美しくなる「薬膳レシピ」が満載の一冊。



豆腐×野菜の薬膳レシピが満載

●NEWSな一品●

『ブルームきゅうり』の販売を開始

栽培/福島わかば会 (福島県福島市)

食品などの個別宅配サービスのらでいっしょぼーや(東京都新宿区)では、全体が「ブルーム」に覆われたのが特徴的な「ブルームきゅうり」の販売を開始した。この取り組みは同社とオイシックス、大地を守る会との共同施策である東北3県「ネクストブレイク東北」の一環として行われている。『ブルーム』とは、きゅうりが鮮度や水分の蒸発を防ぐために自ら出す成分で、おしろいのような白い粉状のもの。以前は、あたりまえのように出回っていたものだが、見た目が



▲「ブルームきゅうり」。オイシックス、大地を守る会では「おしろいきゅうり」というブランド名で売り出される。

「農業」と誤解されやすいことから、近年では表面がつるりとした「ブルームレスきゅうり」が主流となっていた。個々に好みはあるものの、「ブルームきゅうり」は表皮が薄く、水分を多く含んでいるので、みずみずしさが特徴となっているという。

らでいっしょぼーや

ブルームが鮮度と水分蒸発防ぐ

コンエアー・ジャパン

http://www.cuisinart.jp

●新商品ウオッチング●

～こだわり食生活アイテムコレクション～

クイジナート『パワーブレンダー』

大容量でハイパワーの『パワーブレンダー』が登場。米国の「フードプロセッサー」の老舗「クイジナート」より。「最小量は2人分から、たっぷり6人分までを一度に調理。もう何回かに分けなくていい——」というのがウリだから、大家族の「朝食スムージー」にもしっかり対応してくれる。オートプログラムモードを搭載。野菜の繊維も、市販の冷凍フルーツも短時間でな

めらかな舌ざわりに仕上げる500Wのハイパワータイプ。

「アイスクラッシュ」にも対応してきめ細やかでふわふわのかき氷が約15秒で完成するという。ガラス製品に比べて軽さが持ち味の素材「トライタン製」ボディだから手入れもしやすいとのこと。販売取り扱いがコンエアー・ジャパンにて。



スムージー、スープ、かき氷がたっぷり作れる

みんなの食卓シリーズ『野菜スープ』

「おいしさに安心をそえて」というコンセプトのもと、特定原材料7品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに)を使用しない食物アレルギー対応の専用工場で製造されている『みんなの食卓』シリーズ。日本ハム(本社:大阪市北区)では「食物アレルギーをお持ちの方もそのご家族も、“みんなで同じメニュー”を楽しんでいただきたいという想いを込めて商品開発を行なっています」としている。

今回、同シリーズのラインナップに加わったのは「野菜スープ」。たまねぎ・キャベツ・にんじんが使われてコンソメ味に仕上げられている。常温保存可能なレトルトパウチタイプで、電子レンジ調理、もしくはボイル調理で手軽に用意することができる。



日本ハム

https://www.nipponham.co.jp

食物アレルギー対応食品シリーズに野菜スープ登場



【とうきょう特産食材使用店】がわかるボード

東京都の「地産地消」推進店に注目

東京都では、都内産の農林水産物を積極的に活用している飲食店を「とうきょう特産食材使用店」として登録を行なって、ガイドブックなどでPRする方針を打ち出した。いわゆる「地産地消」「食育」の推進につなげながら、こうした取り組みを積極的に導入している事業者を後押しする狙い。登録された店舗には同取り組みのロゴ入りPRボードが提供され、来店者がひとめでわかるようにするという。現在、平成30年度の登録店の募集が行なわれている。(7月4日まで)



これは遠い未来ではなく、わたしたちの将来の話です。

www.msc.org

水産資源や海洋環境を守り、将来も魚を食べ続けていくためのひとつの答えがMSCの「海のエコラベル」です。

海洋管理協議会(MSC: Marine Stewardship Council)の厳正な環境規格に適合した漁業で獲られた水産物にのみ認められる証、それが「MSCラベル」すなわち「海のエコラベル」です。



MSC 検査 MSC (海洋管理協議会) 日本事務所
〒103-0026 東京都中央区日本橋兜町9-15 兜町住信ビル3階 TEL.03-5623-2845 FAX.03-5623-2846

※小紙・食と生活ジャーナルはMSCの活動を応援しています。本広告は弊社のCSR活動の一環として無償提供にて掲載しています。