



ほんものを たべよう

提出日	8/7	8/8	8/9	8/10
配達日	8/14	8/15	8/16	8/17
翌々週配達日	8/21	8/22	8/23	8/24

2018.8月3週号

オルターの提案

本当に安全な食べものを手渡すために

- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
- 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
- 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
- プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

Alter Weekly Order Catalogue

ライスペーパー、フォー RICE PAPER, RICE NOODLE

本場ベトナムの ライスペーパー、フォー

有機栽培米で作りました。

BICH CHI FOOD COMPANY(ベトナム)

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べ物のネットワーク オルター 代表)



輸出担当TANG THI THUY TRANGさん、PHAM HOANG THAI 社長、PHAM THANH BINH 副社長(写真左より)

有機栽培の米、タピオカが原料

ベトナムのBICH CHI FOOD COMPANYで、オルター仕様の「オルターライスペーパー」と「オルターフォー」を委託製造していただきました。

原料に使うインディカ米、タピオカ澱粉は、有機栽培(USDRオーガニック認証品)です。BICH CHI FOOD COMPANYの工場はハラール認証(イスラム教の戒律に則って従って調理・製品された品物であることを証するシステム)も取得しています。

グルテンフリーの助っ人

ライスペーパーやフォーはお米の国、ベトナムの伝統食品です。米製品ですのでグルテンフリーの強力な助っ人になります。

ライスペーパーの使い方は以下の通りです。

- ・お皿などに水を張り、ライスペーパーを湿らせて柔らかくします。それに野菜や肉などをくるんで手巻き寿司のように食べます。
- ・湿らせたライスペーパーを春巻きの皮のように使って、揚げものにも使えます。揚げ物として使用するとパリッとサクサクに仕上がります。
- ・ライスペーパーに醤油や魚醤などをつけてオーブンで焼くと、たいへんおいしいせんべいになります。
- ・欠けてかけらになったものは、スープなどに入れるとおいしいです。

・そのままチリペーストなどにつけて手軽なお酒のつまみとして最高です。

フォーは、いわば米のうどんです。小麦粉うどんと同様にお使いください。たいへん喉越しの良い麺です。いろんなスープによく合います。

会員の要望で開発

かねてから安全なライスペーパーをオルターで開発してほしいという会員からの声がありました。ベトナムで有機野菜作りの運動をしている、ある日本人がオルターを訪れた時に、無農薬でライスペーパー作りをしてくれる生産者を探してほしいとお願いしたのが開発のきっかけでした。

その後、無農薬米を栽培しているベトナム農家トアンさんや、それを原料として1枚ずつ手焼きしてくれるベトナムの伝統的なライスペーパー製造者NGUYEN DINH AN RICE PAPERが見つかり、いったんはそこで、オルター用のライスペーパーの製造を開始いたしました。しかしその生産者がバイク事故で急逝され、この製造計画が突然中止せざるを得なくなりました。

この状況をたまたま、オルターのふとんの生産者、神野修さんに話したところ、ベトナム国内のライスペーパーメーカーを調査して、BICH CHI FOOD COMPANYを見つけていただきました。神野さんは、ベトナムとは繊維製品の

輸入をしてきた関係で、現地の事情に明るい方です。

オルターベトナム構想

ベトナムでのオルター仕様食品の開発は、単にオルターが輸入するための品もの開発だけではありません。ゆくゆくはベトナムの人々が安全なほんものの食べものを手にしていくための道筋をつけていくことにつながればと考えています。

この間、ベトナムの人々との数多くの出会いがあり、ベトナムで有機農業発展の願いがあることを知りました。

ベトナムの農村部には、まるで日本の江戸時代のような自給自足を営む美しい小農のたたずまいが残っています。オルターとしてはそのような小農を守り、自給自足の庭先の余りものを地域ぐるみで出荷する農業や化学肥料を使用する理由のない農業システムの構築を考えています。

今回は有機認証のある米農家のお米を原料に使いましたが、ゆくゆくは、これら小農のお米を原料に使っていきたく考えています。また、無農薬のマンゴー製品などの開発も検討しています。

このライスペーパーの提携から始まる、ベトナムと日本のきずなが双方にとっての豊かな未来を創っていくことを願っています。

BICH CHI FOOD COMPANYの オルターライスペーパー、オルターフォー

●原料

米 …………… 有機栽培インディカ米 USDRオーガニック認証品
提供BICH CHI FOOD社
タピオカ澱粉 …… 有機タピオカ澱粉 提供BICH CHI FOOD社
塩 …………… ベトナム原産、塩



●製造工程

ライスペーパー

- 1 米粉とタピオカ澱粉と塩を水で混ぜる
- 2 スチーム機のベルトの表面に混ぜたものを広げる
- 3 蒸す 85℃ 2~3分
- 4 乾燥
- 5 カット(正方形に)
- 6 乾燥
- 7 カット(円形に)
- 8 計量
- 9 セット
- 10 包装

フォー

基本的な製造工程はライスペーパーと同じ。原料の混合比や最終形状が異なるだけです。

