



ほんものを たべよう

| | | | | |
|---------|-----|-----|----|----|
| 提出日 | 3/火 | 水 | 木 | 金 |
| | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 配達日 | 3/火 | 4/水 | 木 | 金 |
| | 31 | 1 | 2 | 3 |
| 翌々週分配達日 | 4/火 | 水 | 木 | 金 |
| | 7 | 8 | 9 | 10 |

2020.4月1週号

Alter Weekly Order Catalogue

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。

かまぼこ KAMABOKO

さかな屋さんの 焼かまぼこ

原料は自家製無添加すり身

丸友しまか(有)

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)



右から丸友しまか(有)の島香 尚さんと奥さまの典子さん

おいしい三陸沖の魚が原魚

丸友しまか(有) 島香尚さんは、岩手県宮古市魚市場に水揚げされる三陸沖の魚をオルターに出荷しています。黒潮(暖流)と親潮(寒流)がぶつかり、太古の海洋深層水が湧き上がり、プランクトンが豊富に発生する三陸沖は、世界三大漁場として知られています。だから三陸沖の魚はたいへんおいしいのです。

丸友しまか(有)の天然鮮魚のことは、オルターカタログ2002年10月1週号、2002年10月2週号、2006年10月4週号でご紹介しています。また宮古湾産カキのことは2004年1月5週号でご紹介しています。

放射能は **ND**

丸友しまか(有)の島香尚さんは、宮古市魚市場で水揚げされるスケソウダラに着目し、その練り製品の開発を考えました。

スケソウダラはマダラと同様、福島県沖の汚染海域を横切って泳ぐ可能性のある魚ですので、真っ先に放射能汚染を心配しました。オルターで確かめた結果、

原料として使用するスケソウダラの1Bq/kg以下NDを確認しました。

シンプルな味付け

次に味付けに使う調味料を検討した結果、神野でんぶん工場の特別栽培澱粉、北海道産ビートグラニュー糖、赤穂の天塩だけのたいへんシンプルなオルター仕様となりました。

水さらしをしていない、おいしいすり身

スケソウダラのすり身は丸友しまか(有)の自社工場です。もちろん、大手かまぼこメーカーが使用しているすり身のように、船上での「水さらし」は行っていません。「水さらし」をしていないので、丸友しまか(有)のスケソウダラのすり身は、遊離アミノ酸が多く含まれ、当然のごとくおいしいのです。



原魚(スケソウダラ)



チーズを混合



焼き上げ

すり身自体がおいしいので余計な味付けはしなくても、おいしいかまぼこになるわけです。もちろん食品添加物は不使用です。

原魚から一貫製造

前浜で水揚げされたスケソウダラを使い、原魚処理から焼き上げまで、自社で一貫製造した文字通り「さかな屋さんの焼かまぼこ」です。焼き上げたかまぼこは冷却したあと、急速冷凍され、鮮度を保ったままご家庭まで届けられます。

食べやすい大きさで、使い切りの「3枚入り」になっています。

丸友しまか(有)の 焼かまぼこ

●原料

スケソウダラ 宮古沖 [ND]
ばれいしょ澱粉 神野でんぶん工場(北海道産) [ND]
オルターカタログ2010年2月1週号参照
砂糖 ビートグラニュー糖(北海道)
食塩 赤穂の天塩

●製造工程

1. スケソウダラ下処理(頭部、内臓の除去)
2. 洗浄
3. 三枚おろし(三枚卸機使用)
4. 皮除去(フィッシュピーラー使用)
5. 洗浄、水切り
6. 落とし身製造(専用機器使用)
7. 砂糖を加え、すりつぶす(播潰機使用)
8. 食塩を加え、すりつぶす(播潰機使用)
9. 水とばれいしょ澱粉を加え、すりつぶす
10. 成形(成形機使用)
11. 専用トレイに並べ、冷蔵保管(一昼夜)
12. ガス台で焼き上げ
13. セイロに並べて、冷却(冷蔵庫)
14. 真空包装、金属探知機
15. 急速冷凍
16. 冷凍保管

※チーズ入り焼かまぼこは9.のあとにチーズを混合する工程が入ります。

市販のねり製品の 問題点

練り製品は加工食品の中でもハム・ソーセージと並び、食品添加物まみれの要注意食品です。3.11原発事故以降は原料の放射能汚染も気になるどころです。

市販品ではすり身の加工に手間がかかること、廃水処理施設のコストも高くなることから、鮮魚を原料にする事は、まずあり得ません。冷凍技術の発達とともに、練り製品の原料は船上加工したタラなどの「加工すり身」になってしまいました。加工すり身は「水さらし」され、うまみが抜け出してしまっています。そのためこのすり身にはキャリーオーバーの食品添加物が多用されています。

パサパサにならないようにリン酸塩(ピロリン酸塩など)、色が変わらないように酸化防止剤が必須です。また結着性を高めるため、でんぶん(小麦でんぶん・大豆蛋白…ポストハーベスト農薬、じゃがいもでんぶん…遺伝子組換え)も使われています。市販の練り製品をおでんにした時にぶくぶく膨れるのは、すり身にこのでんぶん(元身に対して10~12%、加水後で5~6%)が使われているからです。この他、すり身が膨れる理由には機械で練ったすり身の蛋白質自体の性質もあります。

市販の練り製品には原料表示「タイ」などと書いて高級イメージを与えている食品もありますが、それはイトヨリ

などのタイ科のすり身を使っているだけです。

次に、水による増量も心配です。最大で原料のすり身と同量の水を加える事も行われています。そうすれば非常に安価なちくわを作り出す事もできるのです。無添加を謳う練り製品も、キャリーオーバーの添加物をほっかむりして、こういうすり身を原料にしている事が多いのです。

副原料に使われる塩、砂糖、醤油、みりん(?)も安く粗悪なものが一般的。その上、味付けにアミノ酸(脳障害)、発酵調味料、ブドウ糖(遺伝子組み換え)、人工甘味料、甘草、ステビア(催奇形性)、辛子粉、本ワサビ、香辛料、野菜エキス、魚介エキス、酒、酸味料などが使われています。また、すわり促進効果(ねばり)、色、艶のために卵白、その他豆腐用凝固剤(塩化マグネシウム)、コラーゲン、乳蛋白質、増粘多糖類、保存剤としてソルビン酸カリウム、発色剤として亜硝酸ナトリウム、酸化防止剤としてビタミンC、pH調整剤として炭酸カルシウム、炭酸カリウム、着色剤として赤色3号、102号、104号、106号、青色1号、黄色4号、カラメル、コチニール、パブリカ色素、アナトー色素、紅麹、クチナシ、カロチノイド・ラック(カイガラムシの赤色素)などが使われています。

CMで「地球にやさしい、合成保存料無添加」などと謳っているメーカーのものも、合成保存料はたとえ使わなくても、品質改良剤プロピレングライコール(毒入り輸入ワインで問題となったジエチレングライコールより毒性が強いと思われる)のような防腐効果があるものを使えばよい訳で、無添加という事とはかけ離れています。