



ほんものを たべよう

提出日	11/ 火	水	木	金
	27	28	29	30
配達日	12/ 火	水	木	金
	4	5	6	7
翌々週分配達日	12/ 火	水	木	金
	11	12	13	14

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

2018. 12月1週号

赤飯

発芽モード®小豆を炊いた 風味豊かな ふっくら赤飯

素材の味がしっかり生きています。

(株)長栄堂

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べものネットワーク オルター 代表)



長栄堂 伊藤 佳津夫社長、伊藤 三千子さん(写真右から)

赤飯嫌いな子も食べられる

三重県桑名市の和菓子店、長栄堂の伊藤佳津夫社長は、老舗の技術に、オルターの安全な原材料や技術を加えた、おいしい赤飯を作っています。

小豆の味が濃く、パサパサせず、ふっくらと、風味がよく、ごはんとのバランスも絶妙な、たいへんおいしい赤飯です。赤飯嫌いな子どもでも長栄堂の赤飯なら食べられるという逸品です。



小豆は発芽モード®にして炊いています

小豆はオルターの生産者、北海道の渡部 信一さん(オルターカタログ2016年10月2週号ご紹介)のものを使っています。12~18時間浸水して、小豆の発芽抑制因子(ミトコンドリア毒)を除く「発芽モード®」にしてから調理しています。



乾燥した小豆



発芽モード®にした小豆

もち米は自家精米でつくたて

もち米はオルターの生産者、秋田県の土橋 敏郎さん(オルターカタログ2012年4月1週号ご紹介)のものを使っています。自家精米して新鮮なつくたての

もち米を使い、ポリフェノールたっぷりの小豆の煮汁に浸けて色を出し、活性水を使って蒸し上げています。

赤飯大好きな人間が こだわって作っています

長栄堂は米粉カステラの生産者として、オルターカタログ2017年5月1週号でご紹介しています。長栄堂の詳しい紹介はそちらをご参照ください。

長栄堂のように「安全な食材」「発芽モード®」「自家精米」「原料段階からの徹底した無添加」などにこだわったお菓子屋は、和菓子業界ではたいへん珍しい存在です。

伊藤さんはもともと自分が赤飯大好きなので、こだわりは当然のことだとおっしゃっています。年始はもちろん、年間を通してお召し上がりください。

長栄堂の 赤飯

●原料

もち米……………土橋 敏郎 秋田県☆☆☆ND (オルターカタログ2012年4月1週号参照)
 小豆……………渡部 信一 北海道☆☆☆ND (オルターカタログ2016年10月2週号参照)
 塩……………赤穂化成 兵庫県

●製造方法

- 1 小豆を12~18時間浸水(発芽モード®)
- 2 小豆を煮て、豆と煮汁に分ける
- 3 もち米を自家精米して洗米する
- 4 洗ったもち米を小豆の煮汁に5時間以上浸けたあと、蒸す
- 5 水と塩を混ぜ、2の豆とともに、4のもち米に混ぜる
- 6 蒸す
- 7 パックに詰める



市販の赤飯の 問題点

原料のもち米、小豆が慣行栽培(農薬の心配)や海外産(ポストハーベスト農薬の心配)のものが

使われています。植物油(ポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、n-ヘキサン抽出、トランス脂肪酸などの心配)を使用しているものがあります。化学調味料、人工甘味料、pH調整剤などの食品添加物も使われています。

最近ではレトルト容器(石油系の有害化学物質溶出のおそれあり)に入った製品もあります。

発芽モード®にするような適切調理はされてはならず、小豆がかたく、お米・小豆の味がしないパサパサの赤飯となっています。

特別チラシで、長栄堂の赤飯をご紹介します。