



# ほんものを たべよう

提出日	10/火	水	木	金
	15	16	17	18
配達日	10/火	水	木	金
	22	23	24	25
翌々週分配達日	10/火	水	木	11/金
	29	30	31	1

2019.10月4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。

## だし醤油

# オルターオリジナル 「煮釜6合わせだし醤油」

万能液体だし醤油。薄めて使うのでたいへん長持ちします

## マエカワテイスト(株) / オルター

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)



前川 隆嗣社長 (左から4人目)

### 古来伝統製法の煮釜だし

兵庫県のだし専門メーカー、マエカワテイスト(株)前川隆嗣社長は、自然なままの原料から1300年前にさかのぼる古来からの伝統的な調味料「堅魚煎汁(かつおのいろり)」を参考に、「煮釜だし製法」で、化学的な調味料・食品添加物などを一切使用しないで、だしを作っています。

100℃を超えず熱水で抽出し、その後、水分を蒸発させて煎じ詰める古来製法でじっくりと熟成しているのがうまさの秘密です。

### オルターオリジナル開発・万能だし醤油

オルターオリジナル企画の希釈タイプの万能液体だし醤油です。薄めて使いますので、たいへん長持ちし割安です。

だしの原料は全て産地がわかっています(括弧内は水



揚地)。かつおぶし(鹿児島県)、いわし煮干(三重県)、うるめぶし(宮崎県)、さば煮干(宮崎県)、さばぶし(宮崎県)、そうだかつおぶし(長崎県)、昆布(北海道)、いわしぶし(宮崎県)で、極上の6合わせだしです。このだしとオルターおすすめのほんものの調味料を合わせています。食品添加物は、かめびし醤油で濾過のために使用する安全性に問題のない「珪藻土」以外、一切使っていません。放射能汚染が心配な海産物を使用しているため、検出限界1 Bq/kg以下での不検出を確認しています。

うどんそばなどのめんつゆをはじめ、だし巻き、冷やっこ、揚げ出し豆腐、肉じゃが、煮物、チャーハン、和風スパゲティーなどあらゆる料理に万能だしとして使えます。おせち料理にもお使いください。

容器は紙容器ですが内側にガラスコーティングしています。牛乳パックと同様に飲料用紙パックとしてリサイクルが可能です。賞味期間は製造日から1年とありますが、開封後は冷蔵庫に保管し、早めにご使用ください。

### 半世紀以上のだし作りのノウハウ

マエカワテイスト(株)は先代前川好一社長が1951年に「かつお節屋」として創業、前川隆嗣社長は二代目です。半世紀以上にわたる削りぶしの経験とだしづ

くりのノウハウがあります。安全・健康な食品づくりを目指して、「無添加」「有機」の製品づくりとともに、「だしを効かせた」おいしくてヘルシーな食生活の普及に取り組んでいます。

### 豊富なアミノ酸が満腹中枢を刺激し、食べ過ぎを防ぎます

日本の「だし」は世界無形文化遺産として登録された日本料理の決め手となるものです。最近ではこのだしをご自分ではとれなくなった方が増えています。それならばせめてほんものの天然だしを使われることをおすすめします。

かつお節は良質な蛋白質の宝庫で、人体に必要な必須アミノ酸9種(イソロイシン、ロイシン、リジン、メチオニン、フェニルアラニン、スレオニン、トリプトファン、バリン、ヒスチジン)がバランスよく含まれています。

食べ過ぎを防ぐのに、食事のはじめにだしをたっぷり摂ると効果的です。だしに含まれるアミノ酸で満腹中枢がよく刺激されるからです。

だしに砂糖を配合すると旨味が増します。しかし、食べる人の健康を考えるとオルターオリジナル「煮釜6合わせだし醤油」にはあえて砂糖は入れていません。どうしても甘くしたい方はご自分で砂糖を追加してください。

## マエカワテイストの オルターオリジナル 「煮釜6合わせだし醤油」

### ●原料 / 水揚港地 / 加工地

原料	淡口醤油	かめびし(拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.153を参照)
みりん	三河みりん	(拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.159を参照)

原料	水揚港地	加工地	原料	水揚港地	加工地
かつおぶし	鹿児島県	鹿児島県	さばぶし	宮崎県	熊本県
いわし煮干	三重県	熊本県	そうだかつおぶし	長崎県	熊本県
うるめぶし	宮崎県	熊本県	昆布	北海道	北海道
さば煮干	宮崎県	熊本県	いわしぶし	宮崎県	熊本県

※水揚港地は変更となる場合があります。

### ●製造工程

- 1 原料選別
- 2 熱水抽出
- 3 濃縮
- 4 調合
- 5 充填

### 市販のだし・だし醤油の 問題点

まず、だしの原料段階での問題があります。原魚などの鮮度が問われます。加工段階での品質もピンからキリまであり、ここでもおいしさが左右されます。

3・11福島原発事故以降は放射能汚染も心配で漁獲海域にも注意が必要です。

だしが粗悪な原料を使い、まずいものになると、化学的な味でごまかさなければなりません。そのためグルタミン酸ソーダなどのアミノ酸系化学調味料が使われてきました。最近では化学的に作った蛋白加水分解物(酸加水分解には健康に悪影響を及ぼす3-MCPDの問題があります)や遺伝子組み換え酵素を使用した分解型の発酵調味料、酵母エキス(狂牛病の心配)を使うことが一般的です。これらの原料には通常は食材にならないような廃棄物まがいのもが使われている場合があります。

また還元水飴(ポストハーベスト農薬の問題など)、ぶどう糖果糖液糖なども使われ、さらに増粘多糖類、糊料、酸味料、アルコールなどの食品添加物も使われています。顆粒タイプにはデキストリンなどが使われます。

こうして作られただしに合わせる醤油、みりん、砂糖などの調味料もそれぞれ品質はピンからキリまでで、コスト優先の世界では、安全で、高品質なほんものの調味料はほとんど見当たりません。