

★被災地等を支援する【JOSOたすけあい基金】は注文番号500253 1口500円にて毎週受け付けています。ご協力よろしくお願い致します。
★関東子ども健康調査支援基金【寄付】 注文番号:500252 1口1000円～ にて毎週受け付けています。ご協力よろしくお願い致します。
★東海第二原発差止訴訟基金【寄付】 注文番号:500251 1口500円にて毎週受け付けていますご協力お願い致します。
★JOSO脱プラ基金は注文番号:500254 1口500円にて毎週受け付けていますご協力お願い致します。



2022-23年度活動テーマ(案)「つくと食べるでつながろう ～私たちの地産地消～」

素材を活かす『本物の』調味料



本格的に寒くなってきたこの時期、あったかお鍋が恋しくなります。季節の野菜をたっぷり加えた鍋は体を芯から温めます。今週配布の12月1回カタログ表紙では、すき焼きとしゃぶしゃぶを紹介しています。お肉を使った鍋料理はいかがですか? おいしいお肉に、家族みんなが笑顔になるはず!

すき焼きはもちろん、日本の食文化である和食を支えるのは、素材の味を活かす技術と日本の「調味料」文化です。ですが、近年市販品の多くは大量生産・大量消費という考えが基本となり、原料コストを抑えるために原料の質を落とし、落とした分をカバーするために添加物を加えて味を整えます。本来の調味料の役割は、少量でも「素材の持つ味を最大限に引き出し、料理の味わいを深める事」なのです。決して主役にはならないものの、料理の基本となる調味料は、味の決め手。子どもの味覚を育むことにも大きく貢献します。

国産丸大豆を使いじっくりと発酵させたしょうゆや味噌など、常総生協には調味料づくりの原点を大切に商品がたくさんあります。すき焼きに欠かせない『すき焼割り下(ポールスタア)』もその一つ。「自社商品は無添加で行く」という設立当初の理念に基づいて原料と製法にこだわった逸品です。今回はそんな『本物の』調味料やその活用方法について改めてご紹介します。

●生協基幹運営/地域活動・催し●	●提携・協同企画●
・11/26(土) 石岡鈴木牧場 産地交流会(石岡市) ・11/30(水) 定例理事会 ・12/3(土) バター作り&おしゃべり交流会(牛久地区) ・12/17(土) どんぐりてい大豆PJT&援農交流会	・12/4(土)関東子ども健康調査支援基金年次活動報告会

◆すき焼き割り下（ポールスタア）～小さい工場だからできる事を～

無添加での商品作りを考える

ポールスタア



ポールスタアは1850年（嘉永3年）桜井醤油店として、創業した老舗のソースメーカーです。戦後のスーパーマーケットの発展に取り残された醤油醸造を断念し、1977年（昭和52年）ポールスタアとして醤油を原料とする調味料製造業に転換、併せてソースの製造も手掛けるようになりました。

ポールスタア（＝北極星）には「先駆者」や「道しるべとなるもの」という意味もあり、食文化の先駆者に成ることを願い新社名としたそうです。当時は添加物だらけのソースが全盛でしたが「無添加のソースなら直ぐにでも買おう！」という生協があり、初代の工場長が必死の思いで作り上げ持ち込んだところ「いいソースが出来たね」と、ここに日本初のカラメルも保存料も使わない無添加ソースが誕生しました。その時、ポールスタアが進むべき道は、添加物を使わない商品づくりにある、と確信。以来ポールスタアでは、味づくりの基本となる出汁から自社製にこだわり、自社ブランド品は無添加を前提とした商品づくりを続けています。

◆出汁にこだわって作ります。



今回紹介する「すき焼き割り下」もそんな開発理念に基づいて作られている商品のひとつです。割り下の製造は北海道産の昆布を使い、味の決め手となる昆布出汁を自社でじっくり煮出すところから始まります。この製法だと手間も時間もかかるため決して大量生産はできませんが、小さな工場だからこそできる事を大切にしたいとずっと続けている作業です。本当においしい製品を作りたいという想いが小さなビンにギュッと詰まっているのです。しっかりと煮出した昆布出汁を使った割り下の味はもちろん絶品、残ったすき焼きの汁もまた深い味わいです。

【組合員さんのクチコミ】

●このポールスタアのすき焼き割り下は、肉じゃがや親子丼などのお肉料理に使うと、とっても美味しくなります（守谷市：Tさん）

●すき焼きではなかったのですが、土用のウナギ蒲焼を作るのに活用しました。非常に美味しい＜ウナギ＞が出来上がり、家族みんなが満足しました！（つくば市 Iさん）

今週配布の**12月1回カタログ表紙**に掲載されています！

肉じゃがや親子丼など色々な料理に使える万能調味料です。手間と時間と労力を惜しまず、一つひとつ大切に作られた『すき焼き割り下』を家庭に1本常備してください。

丼物や煮物にも使えます

北海道産昆布からだしをとり、鹿児島伝統の黒酒を使用。旨味のきいたすき焼き割り下。



ポールスタア（東京都・東村山市）

15 すき焼き割り下

米 大 小

400ml

420円 (税込 **454円**)

通常税込 475円

◆上手に使おう！～割り下を無駄なく使う活用法～

★捨てないで！すき焼きの残り汁は『宝』



肉や野菜から、たっぷりのうまみが出ている煮汁は煮物のタレに最高。おすすめは残り汁で炊く「おから煮」。いつものおからがぐんと美味しくなります。地味になりがちなおからが、いつもと違った味わいに。すき焼きを作った時だけのお楽しみです。

また、おから以外にも旬の野菜を残り汁を使った煮物にすることで使う調味料も節約できて経済的。美味しく・無駄なく・経済的！一石二鳥ならぬ一石三鳥の活用法です。是非皆さんも試してみてくださいね♪

※残り汁を使って、野菜たっぷりの煮込みうどんや炊き込みご飯もオススメです！

～『すき焼き割り下』の活用レシピ大募集！皆様のご意見をぜひお寄せください♪～

※注文用紙のご意見欄へ記入もしくはホームページから組合員問い合わせフォームにてご入力をお願いします。

常総生協2022年度の活動のテーマ「つくと食べるでつながろう～私たちの地産地消～」です。新型コロナウイルスの影響で、この2年間、常総生協では生産者と組合員の交流の場が持てませんでした。常総生協と言えば、生産者が近く、生産者と組合員の顔が見える環境で、直接生産者と話し、作る楽しさや難しさを理解・共感し合えるのが魅力です。そこで本年度は、職員で地産地消（農産・水産・畜産）チームを結成。生産者と組合員をつなげる活動をしています。

私たち畜産チームも「いざ、みなさんと産地へ」と行きたいところですが、畜産現場には、家畜への防疫の問題があり、生産現場に行くのが難しいのが現実です。

そこでまずは、職員が生産・加工現場に赴き学び、生産現場の“今”を発信していきたいと思います。畜産チームは、ミートパル村山(岩瀬さんの豚肉・ローズポーク)、つくば鶏(つくば茜鶏)、鎌倉ハムクラウン商会(ハム・ソーセージ) 3つの生産現場へ実際に学びに行ってきました。今回は、「ミートパル村山」と「つくば鶏」へ行った活動報告です。

◆ミートパル村山訪問(5月)

第一弾は、食肉加工で「岩瀬さんの豚肉」「ローズポーク」を届けていたでいて、ミートパル村山さんに行って取り扱っている豚肉について聞いて来ました。

※以下、村山さんからのメッセージです。

日頃より、お世話になっております。(株)ミートパル村山です。組合員の皆様には、長期にわたり「岩瀬さんの豚肉」をはじめ「ローズポーク」や「茨城牛(山方)」をご利用頂き誠にありがとうございます。私達は、食肉加工の専門であり生産はしていませんが、茨城独自の豚肉、牛肉のブランド力を守りたい強い思いで日々活動をしています。今なおコロナ禍は落ち着きませんが、これからも、村山家一同懸命に頑張っていまいりますので、今後とも宜しくお願い致します。



「ローズポークとは」

県が改良した系統豚を交配に使用した三元豚を使用し、大麦を15%以上含む専用飼料でじっくり肥育し、基準を満たした豚をローズポークとして販売しています。ローズポークは一般的な国産豚の平均値と比較すると、うま味成分のアミノ酸が約2.7倍、甘味アミノ酸が約1.5倍も含まれているとされています。

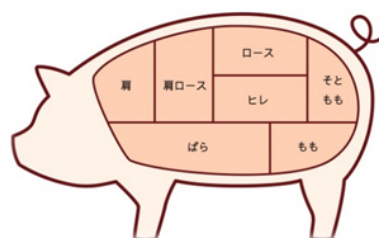


◇ちょっと役立つ『豆知識』～お肉の部位編～

ミートパル村山では組合員の皆さんの注文に合わせて、様々な部位（お肉の種類）を商品に加工してくれています。そんな豚肉の部位についての豆知識です♪ ちなみに、1頭の豚からそれぞれの部位がどれくらい皆さんにお届けするお肉として取れるかご存じですか？主な部位別の重量としては・・・

- ロース→約9～11kg
- 肩ロース→約5～7kg
- バラ→約10～12kg
- モモ→約16～20kg
- ヒレ→約1～1.4kg etc…

お好みもあるとは思いますが、この機会に普段あまり利用しない部位もいかがでしょうか。せっかく頂く大切な命、ぜひバランスよく消費したいものですね。



豚肉の主な部位は左図の通りです。約110kgの豚さんから取れるお肉（精肉）の重量は約45～55kg程度とされています。

◆つくば鶏 真壁工場視察(6月)

現場学習会第二弾は、つくば茜鶏の生産現場に行ってきました！畜産業界は飼料の値上げが大きく、つくば茜鶏もかなりの値上げせざるを得ませんでした。しかし、生産者のこだわりが詰まった貴重な鶏肉だということが分かりました。



◇つくば茜鶏とは？

フランス原産のレッドブロー種をルーツに持つ、つくば茜鶏。きめの細かい肉質が特徴で、うまみ成分がたっぷりと詰まった歯ごたえのあるチキンです。飼料の主原料にはNon-GMO（非遺伝子組み換え作物）を使用し、動物性たんぱく（肉骨粉、魚粉）、動物性油脂を使用しない純植物性飼料で70日前後の飼育期間をかけ、生産者が手間暇かけて大切に育てた自慢の鶏です。ち・な・み・に「つくば茜鶏」の名前の由来は、筑波山からきています。「筑波山は1日に4色に表情を変えと言われていて、一番美しいのが夕日の赤色に染められた色合いです。昔から鶏に縁があった山」という所からヒントを得てつくば茜鶏に命名されたようです。



◇つくば茜鶏工場見学～加工の手順大公開～



①選別作業:肉の要らない部分(脂)の除去作業を人の手で行いコンベアで運び各商品のケースに納品されます。大体1工程10人程度で行っています。

②パッケージ真空作業:選別された商品を真空パックにする機械に通していきます。

③凍結保存:真空パックされた商品は各商品ごとに段ボールに梱包されて凍結保存されます。

◇ちょっと役立つ『豆知識』～食用鶏肉の種類編～

現在、日本国内で流通している鶏肉は、大きく分けると「地鶏」「銘柄鶏」「ブロイラー」の3種となっています。一体それぞれが何を指しているのか？

わたしたちが「地鶏」「銘柄鶏」「ブロイラー」のちがいについて解説します。鶏の世界について、いっしょに学んでみましょう。

●「ブロイラー」とは 短期間で出荷できる肉用の若鶏

「ブロイラー（若鶏）」とは、いわゆる国産鶏肉のことで、飼育日数が短期間の50～60日位のもを言います。これはものすごく早いといえます。高カロリーの餌を与えたりして早く大きくします。

●「地鶏」とは 在来種50%以上・飼育期間80日以上などJAS規格に準じた鶏

地鶏の定義は、明確に日本農林規格(JAS)で決められています。その定義とは・・・在来種由来血液百分率が50%以上のものであって、出生の証明ができるものを素びなとする。飼育期間がふ化日から80日以上、飼育方法は平飼い(28日齢以降)、飼育密度は10羽/平方メートル以下(28日齢以降) ※引用:日本農林規格(JAS) 日本で流通している地鶏はなんと鶏肉全体のわずか1%！常総生協で扱っているつくばしゃも(下河辺さん)もこれになります。

●「銘柄鶏」とは ブロイラーに付加価値のついた食鶏

「白系」と褐色の「赤系」に大別され、ブロイラーより飼育期間を長くしたり、良質なエサを与え味が良くなるよう工夫されています。「つくば茜鶏」は褐色の「赤系銘柄鶏」にあたります。飼育密度も地鶏と同等の基準で育てているので、生産者のこだわりが感じられます。

今回はここまで。次回活動報告～その②～「鎌倉ハムクラウン商会」視察の模様をお伝えします。

(畜産チーム:磯野、萩原、小室、大澤、青嶋、小菅、萱沼)