

ひまわり

2017年
10月30日
No. 1236

生活協同組合 あいコープふくしま
郡山市安積町日出山1-110-1
Tel 024-956-0011 Fax 024-956-0055
フリーコール 0120-910-408

もくじ

- ① } 毎日の食卓で子どもに食べてほしい
- ② } 菅野とうふは市販品とは別物の
- ③ } 菅野工場長を囲むとうふ交流会 塩ネギダレレシピ
- ④ } 菅野さんのとうふはどれ? 食べ比べ
- ⑤ } 生産者からのお便り. ローカル品20%以上. 愛菜箱案内. 涙りて対談
- ⑥ } 花見園大須賀社長を囲む交流会. スーパーの2~3倍の栄養価
- ⑦ } ぽかめやまツアー報告
- ⑧ } パスポート写真 ⑨~⑫ ローカル案内. たなてモカート. 注文チェック表

ローカル商品のご案内 (11月3回) はうしろのページからです ホームページ <http://icoop-fukushima.jp>  CO-OP共済に関するお問合せは、フリーダイヤル 0120-212-107

菅野工場長を囲む豆腐交流会 (郡山南10月13日)



高くて特別な豆腐より
毎日の食卓で
子どもに食べてほしい



あかるかよみ?

菅野とうふ
+
スーパー店の2つ
「食べ比べ」

↓
詳しくは③ページ④ページ!



感動の「豆の甘みと香りゆたかな豆腐交流会」でした。
楽しみにしていた、県内初のお豆腐生産者交流会「菅野食品株式会社」さんのお話しです。
創業明治2年の老舗のお豆腐屋さんです。感動ポイントがたくさんありました。
お豆腐道30年の菅野工場長のお豆腐を作る心意気が、お話と豆腐を見る視線から伝わってきました。
あいコープの豆腐に80%使用されるミヤギシロメは京都のお豆腐料理などにも使われる甘みのつよい大豆で、数がとれない為、宮城県内であっても収穫地のちがいで、微妙に豆にも違いがあり、そこに加えて毎日の気温や湿度環境などの様々な違いで、豆腐の仕上がりが変わってくるそうなのです。職人の感覚がとても大事になってくるということでした。

また、豆乳を加熱する際に出てくる「泡」との闘い。市場に出ている通常の豆腐には、作業効率をあげるために消泡剤で泡を抑えるそうなのですが、この消泡剤は化学物質。菅野食品さんでは泡を消泡剤無使用で、特殊な設備を導入しています。導入当初は使いづらくてしかも、濃い豆乳がまざりにくく、出来上がって供給された豆腐が傷んでいるという事もありました。その陰で徹夜で問題解決にとり組まれたみなさんのご苦勞を聞くことが出来ました。

こんなにも多くのこだわりと努力と職人魂を込めて出来上がったお豆腐がなんと税込み138円！お話を聞いた後に「ここまでのお豆腐にしては価格が安くて割に合わないのではないですか？」という質問が出ました。ここで菅野工場長の言葉がまた感動でした「高いものはいくらでも作れます。お豆腐技術コンテストみたいなものもあるんです。でも、高いものや特別なお豆腐を作っても、特別になったら毎日は食べない。それよりも毎日の食卓で食べられるお豆腐を作っているんです。子供たちには本当の味を毎日の食卓で食べてほしいから。この値段でいいんです〜。」と。

みなさんと一緒にいただいた絹ごし豆腐でつくる簡単な「とーふくりーむ」は癖になるお味でした♪そして木綿はシンプルに湯豆腐。湯に通すことで甘みとふくら感が増します。極めつけはお土産にお持ちくださったスモークとうふ！口にした瞬間みんな目丸くして「ん〜！おいしい！」トーフというよりは濃厚なスモークチーズです。

最後に工場長が「東日本大震災の津波で甚大が被害があった。会社も流されてもう、やめようか、どうしようかなあとおもった。でも自分はこれまでずっと豆腐を作り続けてきた。今こうして豆腐が作れている事がとてもありがたい。」という言葉に感動しました。菅野食品さんの歴史と背景がたくさんつまった豆腐、これからはありがたく頂きたいと思います。(自然と注文数が増し増しになります〜♪)

(郡山市)

菅野とうふは「市販品」とは別物

菅野さんたちのお話をきいて、そのこだわりと徹底ぶり、そして消費者への思いやりの強さに感動しました。

輸入品の大豆で作られた安価な豆腐が多く流通している中で、これだけきちんとした商品に出会い、口にできている事に改めて感謝の気持ちでいっぱいになりました。市販の安い豆腐とのちがいがよくわかり実際の試食を通して、私の中で市販の豆腐と菅野さんの豆腐は全く別の食品として再認識させられました。

菅野さんのお豆腐は本当に万端で調理に向いているので、どんどんレポートを増やして使いこなせるようにしたいと思います。

(郡山市)

子どもに本物の豆腐を知ってほしい

10月13日に菅野さんのお豆腐交流会に参加しました。あいこ-7°のお豆腐のこだわりや作業工程、豆知識等を伺いました。「冷奴にする時は塩ゆで後、氷水でしめると水分が出ない」「輸入大豆を使用していると黄色っぽい」など、なるほどなお話がたくさん。

あいこ-7°の豆腐は専用の釜メーカーさんと共同開発し、試行金昔言誤で消泡剤なしの安全な豆腐を安定して供給して頂けてるそうです。そんなのにこだわっているのに、お安い理由を伺ったところ「子供たちに本物の豆腐を知ってほしい。値段が高いと特別なものになってしまう。本物を身近なものにしたいから、儲けがなくても仕方ない。」と。ジーンとしました。本当にありがたいです。これからも色々なお料理に使用していきたいです。

(郡山市)

この値段！もっと購入数を！

菅野食品さんは津波の被害が甚大だったと伺いました。そして今、私達は幸せなことに菅野食品さんのこだわりの豆腐を注文することができます。

品質が一定しない国産大豆(同じシヤギシロでも)を使用し、伊豆の海の本物のにがりを使い、消泡剤を使わず、多額の設備投資をして導入した釜で大豆を煮る。職人さんの技と基で調整しながら豆腐に仕上げる。工場長のペット(犬)が自社製品で長生きしたから体に良いのはお墨付きなんだそうです。また普段の食卓にのぼるものだからこの値段で出していると伺い、ありがたくもっと購入数を増やして応援したいです。いつか豆腐が出来上がって、いらばんおいしい時間帯(製造後3~4時間)の豆腐を食べてみたいです。

さんの豆腐クリームも さんの塩ネギだしも絶品でした！

(郡山市)

< お肉・魚・チャーハンやドレッシングに万能。混ぜるだけの「時短」 >

塩ネギダレ お豆腐にのせて食べるだけ!

我が家の冷蔵庫に常備してある塩ネギダレがとても万能なので紹介したいと思います。

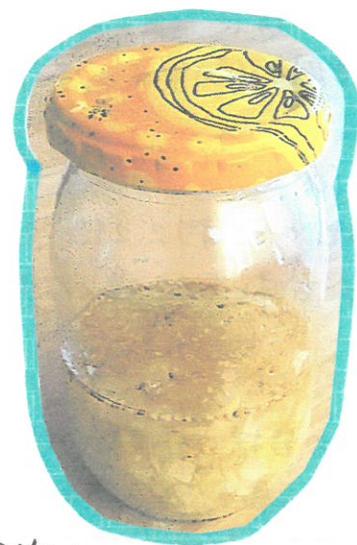
豆腐にのせて食べるのがおすすめですが、他にもお肉やお魚に、チャーハンや火くめものの調味料として、ドレッシングとして、おかゆやスープにも何でも使えます。

★材料★

- | | |
|------|--------------|
| ネギ | 1本みじん切り |
| にんにく | 小さじ1/2 すりおろし |
| 塩 | 小さじ1 |
| 白ゴマ | 小さじ1 |
| 菜種油 | ネギが隠れるくらい |

一晩置くと味がなじんで good!

空き瓶に材料を入れ混ぜたら完成です! 私はネギもぶつぶんフォウパーでみじん切りするので手も汚れません。
このネギダレに、+しょうゆ、+ごま油 +レモン汁 などアレンジしても美味しいですよ。(郡山市)



冷蔵庫に常備!!

← 混ぜるだけ



③

菅野さんのとうふはどれでしょうか?



A



B



C

< 試食した声 > ヒント①

- 「Aは軟らかでつまようじで持てず苦勞。」
- 「Aは他と比べて黄色味がある。水も出ている。」
- 「Aは寒天のように変に固まっている。」
- 「Bは甘味がある。Cは塩味がする。」
- 「BかCどちかが+なあ。」
- 「Cは舌ざわりがきぬたのに変。」



正解は

次

〈成分表と価格〉ヒント②

A	B	C
丸大豆 (遺伝子組換えでない) 塩化マグネシウム (にがり) 400g 112円	国産丸大豆 (遺伝子組換えでない) 粗製海水マグネシウム (にがり) 300g 138円	国産丸大豆 (遺伝子組換えでない) 凝固剤 (塩化マグネシウム) 350g 247円

〈菅野工場長の挑戦〉

俺の作ったとうふわかるかなあといいながら菅野さんも食べ比べ
まず見た目では「A」が黄色味が出るのは消泡剤を使ってるからかな
食べてみて「臭いのは防腐剤だと思う」
また寒天のような固まりや塩気の味はにがりの成分、質が良くない
安い塩化マグネシウムではないかと。

食べてみてはっきり違います。私の作った

とうふは **③** です! (中川理事より「正解です!!」と。)

みなさん当たったようです♪

豆乳を固める凝固剤表示

にがり (塩化マグネシウム) は化学物質

天然のにがりは (粗製海水塩化マグネシウム)

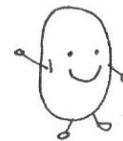
だけです。菅野とうふはこれを使っています。



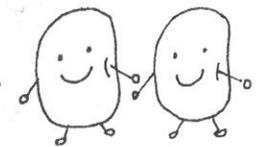
④

〈天然のにがり〉と〈化学物質のにがり〉の違い

- ① ミネラル分たっぷり。苦味・渋味そして甘味が出る。
- ② 豆乳がすぐ固まるほど使い方が難しい。すなわち、凝固する温度が「73℃前後」と幅が狭く、温度管理や混ぜ方に熟練性が必要。(塩化マグネシウム等の「にがり」は60℃～90℃の温度帯でどうやっても固まる。)
- ③ 豆乳濃度が低くても固型化できる。とうふカラを加水して再び絞った「豆乳」でも固まる。2～3倍の「とうふ」を機械化して大量に作れる。



—。—。四つの要素が甘みと香り—。



① 大豆のこだわり

国内でもブランド大豆の宮城県産ミヤギシロメ(80%使用)は、糖分が高くタンパク質のバランスも良い。残り20%はタンパク質の高い大豆を使用。価格は国内産の3割高。

② 天然のにがりの甘み

天然のにがりの粗製海水塩化マグネシウムはミネラル分の甘みがあります。良質でない「塩化マグネシウム」を使えば、甘味どころか逆に「塩っほさ」を感じるわけです。(※食べ比べC品) (しかも水分も固めの2倍の量が「とうふ」になります。)

③ 1丁当たりの大豆の量 = 豆乳の濃さ

(試算の表は次ページ)

1丁当たりの大豆固形分(たんぱく質)がスーパー店と比べて約2.2倍多く使われています。豆乳の濃さ(量)が2.2倍と甘味と香りも濃くなります

④ 菅野さんの情熱と熟練の技

大豆の味と香りの根本の力は、菅野工場長・スタッフの皆様の情熱の心です。みんなに毎日食べてもらいたい!安全で手軽に美味しい豆腐を!の気持ちです。利益が小さくてもそれを買っている姿勢です。今回の生産者交流会で学んだ大切なところです。

	菅野とうふ	スーパー店のとうふ
大豆 量目	1丁 300g	1丁 300g
30kg大豆	天然にかいのひめ 150 Jしめじきり	塩水かき汁4 300 Jしめじきり
1丁の豆乳分 (大豆固形分)	200g ↓ 圧搾で絞る	100g ↓ 圧搾で絞る
豆乳濃度 %	$(\text{おから分}) \frac{2}{3} \times 200g \approx 133g$ (水分) $(\text{豆乳分}) \frac{1}{3} \times 200g \approx 67g$ (大豆固形分) $67g \div 300g (1丁) = 22.3\%$	$(\text{おから分}) \frac{2}{3} \times 100g$ (水分) $(\text{豆乳分}) \frac{1}{3} \times 100g \approx 33g$ (大豆固形分) $33g \div 300g = 11\%$

菅野とうふ 22% 豆乳固形分 ÷ スーパー店の安いとうふ 11% = 2.2倍の豆乳の濃さが大豆の味と香りを作っています。
(あいコープふくしま 佐藤孝之)

*生産者からのお便り "新米"は秋祭りの日だけだった!!

私の町の秋祭りは10月15日で農作業が全て手作業だった時代は、お祭りには新米を食べたいと稲の刈り取りに励んだものでした。しかし、新米を食べられたのはお祭りの日だけで、お祭りが終わるとこれまでの米に戻ります。秋の内から新米を食べてる家は「あの家は蓄えが無い」と言われたものでした。新米を食べられるのは、翌年の3月から6月頃になっていました。現代の低温倉庫ではなく、農家の納屋でそれまで保存すると味は落ちるしコクソウムシが這い出すなど、今なら食べられない状態の米を食べていました。これは明日の天気さえも不確かな時代、天候に支配される農家の自衛の備えでした。日本の食糧自給率は30%から40%と言われております。何が無くても食べ物は必要です。

石沢 重吉

000503

愛菜箱 905円(税別)

注文の参考に

10月3回分

- ・玉ネギ 800g 石沢智雄さん
- ・サツマイモ 500g 大内信一さん
- ・ほうれん草 1束 "
- ・長ネギ 1束 石井希さん
- ・インゲン 100g 橋本歌子さん

10月4回予定

- ・インゲン
- ・ほうれん草
- ・白菜
- ・人参
- ・ピーマン

< 測り、安心 測り、対策 > 家庭菜園・もらいもの測定 229回

2017年

単位:ベクレル/kg

測定日	場所	品目	量目	結果 cs137/cs134	検出下限値 cs137/cs134	測定時間
10月13日	君が山市 田村町上行合	サツマイモ (紅はるか)	800g	Ⓣ / Ⓣ	3.55 / 3.24	3600s (1H)
"	君が山市 田村町	生しいたけ	500g	21.8 / Ⓣ	4.86 / 3.88	3600s (1H)
"	君が山市 鶴町	びわの葉	200g	Ⓣ / Ⓣ	10.0 / 7.91	7200s (2H)

* 生しいたけ(原木) セシム4137 21.8ベクレル/kg

< 10月3回 ローカル品 注文数 20ヶ以上 >

商品名	供給数量		
ミニトマト ちびあま	429	板こんにゃく 1/2x2	52
地元の小松菜	294	満点! あおばちゃん 8切	42
岩瀬牧場の里芋	228	アイゲン浴用石けん	33
地元のむきネギ	170	キッチンスポンジ	32
地元のきゅうり3本	153	三陸唐桑 生わかめ(茎付き)	31
野菜セット「愛菜箱」	116	シャボン玉浴用	29
地元のきゅうり5本	106	地元のジャガイモ(農薬不使用)	28
満点! あおばちゃん6切	95	シャボン玉純石けん	28
地元のなす	87	いちごとまと	27
地元のベビーリーフ(農薬不使用)	83	とろさば水煮 3缶セット	25
生芋系こんにゃく	80	金笛だしの素 1リットルボトル	25
生芋板こんにゃく	80	ミニキュウリ	22
大玉トマト(重カトマ)	63	ランチロール 3個	21
さつま芋 シルクスイート	62	豆かりんとう(黒糖)	20
地元の京菜(みず菜)	56	生乳仕立て のむヨーグルト	20
中玉トマト ララフルティカ	54	豆 コーヒーギャラリーブレンド	20

浪江町避難者支援

10月3回 むかしの塩辛の5% 87円
 これまで 40524円
 計 40611円

Q. 鶏に抗生物質を使ってないそうですが、どうしてですか？

A. 鶏の病気コクシジウム病は最初はサルファ剤で伝染が止まった。しかしそれも2年間程度で効かなくなった。次にペニシリン使用へと次々と抗生物質薬を変えるしかなかった。逆に菌には耐性菌が生まれ、水産養殖業、
「耐性菌製造工場」になってきた。
これではいけないと考え、抗生物質を使わない養鶏場と切替えてきました。結果は、「花たまごはアレルギーが出ない」と言われるなど、ご存知の通りです。

スーパー卵の2~3倍の栄養価

80才を越えているとは思えないほど若々しい社長のお話、とてもためになりました。「味がいい、安全」というのは漠然と頭にありましたが、具体的にどう安全なのかはわかりませんでした。

一般的には洗卵時“次亜塩素酸”を使うそうですが、花兄園の卵は強酸性水（水を電気分解したもの）を使っているそうです。また他の生協で取扱っている卵は、どうもこれだけPHF（収穫後農薬不使用作物）で他は制限がなかったり、合成アミノ酸が添加されています。

あいコープの花たまごは飼料がほぼPHF、合成アミノ酸なども添加されていません。もちろん抗生物質など一切不使用。改めて安全性を矢知ることができました。

そして驚いたのは栄養価です。花たまごはスーパーで売られているものの2~3倍の栄養価との事。2~3パック食べないと、花たまご1パック分に追いつかない。

そう考えると1パック240円は決して高くはないですね！

本当にいい時間をありがとうございました。

(福島市)

Q. 「
」さんの店頭で「花たまご（茶色殻）を売っていますが
あいコープの花たまごと同じですか？

A. あいコープの花たまごほど、飼料(エサ)にこだわっているたまごは、他の生協には出していません。
唯一「
」さんの花たまご（茶色殻）だけが同じたまごですが、価格が「275円」（税込）と聞いています。
「
」さんに白い殻のたまごパックを出していますが、飼料がトウモロコシは同じですが、他は違います。大豆は「遺伝子組換え、貯蔵のための農薬」をクリアしたものではありません。またアレルギーや発ガン物質の要因と言われる「合成アミノ酸」も使っています。価格が「10ヶ251円」と、あいコープの花たまご「259円」に比べて「8円」安いだけで、リスクは高いたまごと言います。

(あいコープくしま 佐藤孝之)

直に社長さんから話を聞けるということで参加してみました。社長さんから飼育の特徴、飼料、無薬飼育、清潔な鶏舎についてお聞きし、たまごについてのこだわりが熱く伝わってきました。またあいコープのための鶏舎があり、ここから届けられていることに感動、コストがかかっているのに値段も手頃なことにビックリ！私は今、別の宅配よりたまごをとっていますが、今回の話を聞き安心安全なたまごに切り替えようと思いました。

(福島市)



社長はすごい人だなあ！

免疫カアツの健康な鶏作り

大須賀社長を囲む会に参加させていただき、毎日の食事に欠かせない主婦の強い味方「たまご」卵が家に届くまでの貴重なお話を聞くことができました。ニワトリの飼料は農薬不使用・非遺伝子組み換えで沢山の苦勞がありました。ニワトリの先祖は恐竜で闘争心があり、ニワトリ同士いじめがあるとは驚きでした。社長はニワトリの事を考えて、試行錯誤しながら、免疫カアツの健康なニワトリを育て、すごい人だなあと感じました。

肌のピカピカつやつやもとても気になりました。社長は毎日3個食べているそうです。たまごの美しさ、その鬼力は社長にあるのだと思いました。

ゆで卵の上手なむき方（お湯から7分くらいで上手にむける）指導や簡単な常備食（味噌や塩こうじに一晩漬ける）の試食、社長さんからの差し入れ思いのつまったアツアツで心も体も癒されました。

とても充実した楽しい日になりました。卵どんどん食べるゾ！！

（伊達市）

今回とてもためになる話をたくさん聞いて、本当に参加して良かったです。

市販のたまごと花兄園さんのたまごの消毒方法の違い、エサの違い、栄養の違い、知らないことばかりでした。

ゆで卵の作り方も実際に作りながら教えて頂き、スルッとむけてびっくり！！

一番驚いたのはエサの話でした。ほとんどの卵屋さんが遺伝子組み換えのエサを与えていて、Non-GMOのエサは手に入りずらくなっていると。

そんな中でも花兄園さんはNon-GMOにこだわり、エサを与えていると。

私たちには言ひ知り知れないう苦労・努力があって今の安心安全な卵が出来ているのだらうなと、とてもありがたいなと思いました。

これからも花兄園さんの卵に安心してお世話になろうと思いました。

（伊達市）

安全なエサを手に入れる困難さ

今回も素晴らしい交流会に参加させて頂きありがとうございます。

NGM、PHFのエサ、抗生物質・抗菌剤不使用、言葉できくとただその飼育方法を選択すれば良いだけに聞こえますが、そのエサを手に入れる困難さ、鳥インフルエンザ等への恐怖と戦いながらそれでも私たちに安心安全なものを届けたいという思いから、今できる最善の方法を選択して下さっていることを知り、本当にありがたいと思いました。

これからもどうぞお元気で、おいしい卵をよろしくお預りします。

（福島市）

ながめやま牧場 リアール報告

一番のビックリはエサです

我が家の子供たちは牛乳が大好き！毎日飲んでます。

自分たちが飲んでいる牛乳がどこから来ているのか見せたいなあという思いと、私自身とても興味があり参加しました。

一番ビックリしたのはエサです！こだわりがあるんだろうなあとはなるとは思っていたんですが、「百聞は一見に如かず」ここまでこだわっているとは想像以上でした！

当日は豚汁やおもちも用意していただいたり、職員の皆様もおつかれ様でした。おかげでとても良い一日となりました。

あの日から食卓に牛乳を出すたびに「バズちゃんだ！会いに行ったね！」と子供たちは嬉しそうです。

（郡山市）

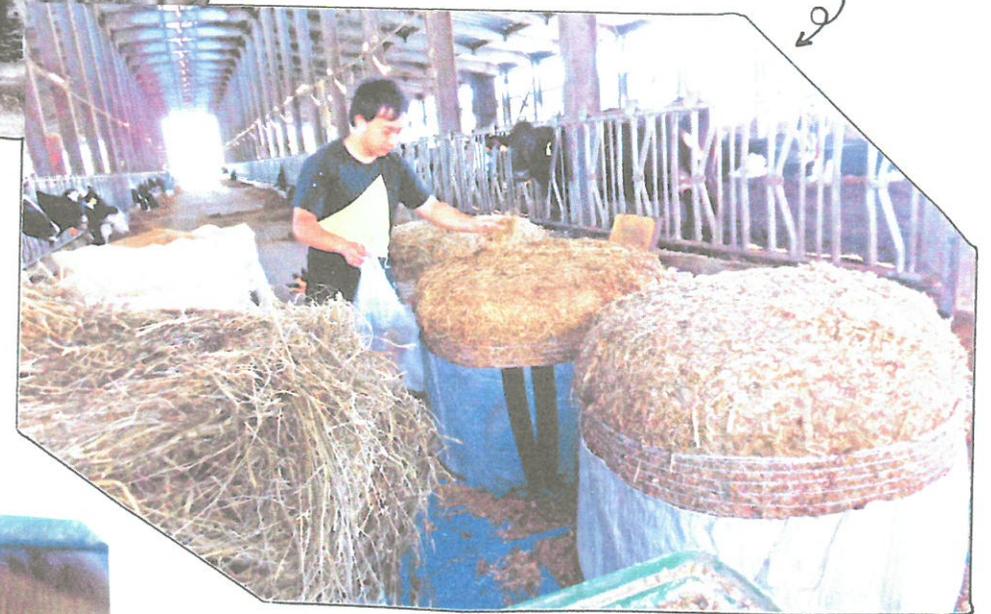


ミルクパーラー (回転式搾乳機)



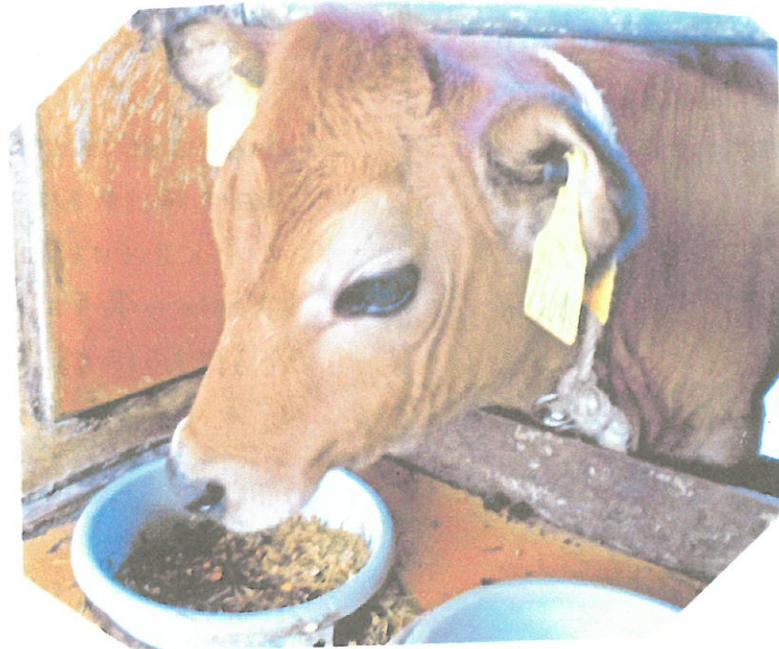
牛舎は1頭ずつ区切りのよい
「小体舎」のよう (フリーバーン)
どこからでも顔を出して食事。
鼻車輪はありません。
安全のため角もカットされています。

ここがフリーバーン



ジャージー牛の子ども
原種に近く、丈夫。
乳量は少ないが濃厚。

パスちゃんのミルクを搾る場所です。
1度に30頭を搾乳できます。1頭につき
15分程度で終了し、時計回りに
終了した牛から出ていく。
230頭の搾乳時間は約3時間、
朝と夕の2回です。
牧場から1頭が重くと全体が
このミルクパーラーに集まてきます。
先頭の牛を始め、順番は「まほ」
決まっているそうです。
1頭あたり1日で約260ℓ程度×230頭
=6600~6700ℓの乳量にたります。



これをパスちゃんが食べてます。
乳酸発酵の香りが〜♪
牛舎特有の「フニ尿」のにおいは
ありません。
1日に1回「汚れたオガクズ」は
ブルドーザーで舎外の
堆肥場に移動します。