



食工房の

# パンだより



## 毎度あいがとうございます。



暖冬の後このまま春になるわけではないと思っていたら、やはり気候は不順でネコヤナギが開花し始めたというのにそこへ何度も雪が降って、きっと自然界ではあちこちに影響が現れていることなのでしょうね。

それでも、おかげさまで食工房のパン種はとても元気です。

天然酵母パンの出来不出来は酵母次第ですから、これは本当にありがたいことです。

思い返せば、全くの素人の独学でやって来た食工房のパンづくりが、ここまで成長することが出来たのは、ひとえに皆さまのご声援とご愛顧の賜物以外の何物でもありません。

天然酵母に開眼して30年、好奇心で始めた自家培養酵母によるパンづくりですが、この頃になってやっと自信を持って「天然酵母のパン屋です。」と言えるようになりました。

どうぞ今後も更なるご声援、ご指導をそしてご愛顧を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



## 再々 酵母のお話し

### 「イーストも天然酵母」!?

本当にこの言葉を、あるパン屋さんが公言しています。イースト菌も生命体ですから、天然由来のものであることには違いありませんが、こうなって来ると一体何を指して天然と言うのか、専門知識のない一般の方をただ混乱させるだけです。

そしてまた市場では「十チュラルドライイースト」というものが売り出されているのです。

いわく「添加物を使用しないで造られたイースト」だそう。

と言うことは、普通のイーストは添加物を使用して造られているということになりますね。

そして、いわゆる天然酵母とはどこが違うのかということも、説明を聞きたいところです。

私が先月の「パンだより」で触れたことは、もう現実のものになりつつあるということでしょうか。

さてそのイーストですが、第一次世界大戦中ドイツで開発されています。

戦時下で手早くパンが焼けるように、それまで伝統的に使われていた酵母の中から特に発酵力の強い株を選び出し、乳酸やアンモニアなどの薬品を関与させながら純粋培養を繰り返して造り出されたのがイーストの始まりです。

純粋培養というと聞こえは良いのですが、純粋であるがゆえに雑菌に侵入されやすく、現実には化学的操作によって醗酵の環境をコントロールしています。

それに対して天然酵母は、自然界で酵母が乳酸菌と共生することで生存の安定を獲得しているシステムを、そのまま利用して培養しています。

そしてその手法は実に様々で、出来上がるパンの風味も皆違えます。

ただどの手法にも共通して言えることは、酵母はとてもデリケートで、扱いは奥が深く大変難しいということ。

この際、これは私の個人的見解ではありますが、一つ提言申し上げたいことは、天然酵母の名を語るからには天然の材料のみで自家培養を前提にしてもらいたいということです。

断じて食べる物にウソがあってはならない！これは私の持論であり、食工房のポリシーです。

人の味覚の好みは3才までに食べたもので決まるといいます。ぜひ無添加の食物の味をお子さんに...



今月のおおすすめ品は...

## ブンパニックェルと堅焼き黒パン



ブンパニックェルは、ライ麦全粒粉で造るドイツの伝統的なパンの一つです。

生地の醗酵には、ライ麦全粒粉に酵母とヨーグルトを混ぜて培養した「ザワータイプ」と呼ばれる種を使います。

塩味と酸味の利いたコチコチのブンパニックェルは、極薄切りにしてカマンベールチーズやクリームチーズと一緒に召し上がるのが一番のおすすめです。

赤ワインがあればさらに上等。

堅焼き黒パンは、二度焼きで皮のハリを厚くした水分の少ないパンです。

ライ麦全粒粉が3分の1ほど、そしてカルワイシード(スパイス)が入っています。

おいしいスープがあれば言うことなし。

ジャムやフルーツソース、バターにチーズ、何を添えてもおいしく召し上がれます。

極めつけは、あらびきマスタードに納豆の組み合わせ。みそ汁をすすりながら食べるのが、またおいしい。

ブンパニックェル	1本	400円
堅焼き黒パン	特大 1本	800円
	大 1本	500円
	1/2カット	250円





授乳中の方、食物セリたつぱりのパンは母乳の出をよくしますよ。離乳食には角食パンや飯糰山食パンをどうぞ。おいしいパンがゆがでます。

# わらいごま・バタービスケット 森のパン屋のビスケット・パタポン

再開します!

しばらくの間お休みをいただいておりますが、今月から製造再開しています。

	わらいごま	5~6本入	290円
	バタービスケット	5~6本入	290円
	森のパン屋のビスケット	5~6本入	290円
	パタポン	12枚入	290円

カードを添え?  
プレゼントはいいが?

## ケーキお買い上げの方へ オリジナルポストカードプレゼント!

商品ラベル印刷用に、知り合いの方から只でいただいて使っていたカラープリンターがとうとう寿命となり、新しいプリンターを導入しました。

ポストカードもずっと美しく印刷出来るようになりました。

ケーキお買い上げの方には、1本に付き1枚プレゼントいたします。

オリジナルポストカードは、1枚105円で販売もしていますので、是非ご利用ください。

図柄を縮小プリントしたカラーのカタログもありますので、必要な方はお申し出ください。

## コーヒー豆価格改定のお願い

近年の世界的な気候の変動により、各地でコーヒーの収穫に影響が出ており、相場も上昇傾向です。

また当店ではこれまでブレンドでの販売が多かったため、銘柄間の価格差や選別によるロスを見逃して同一価格でやって来ましたが、これも今後単品での販売が増えることが見込まれますので、この際、銘柄ごとに実情に合った価格に改定させていただきます。

そして大変申し訳ありませんが、全体としては値上り傾向になってしまいます。

どうぞ、事情をお汲み取りの上悪しからずご了承ください。

なお、コーヒー豆のパンフレットを別に用意いたしましたので、詳しいことはそちらをご覧ください。

各銘柄のプロフィールや価格などをご案内しています。新しいブレンドも登場いたしました。

パンフレットは、いつでも店頭にて用意しておりますが、遠方の方にはお送りいたしますので、ご入用の方はどうぞ遠慮なくご連絡ください。

♪♪♪♪♪  
今月のカフェクラブの集い

4月29日(日) 午後2時から  
食工房 高野茶屋にて

参加費用 1,000円

コーヒー飲み放題、お菓子食べ放題でおしゃべりしましょう。



## 通信販売、ご利用ください。

遠方の方、また店に来られなくてもいいけどちょっと遠くて大変という方、宅配便でご注文品をお送りいたします。ご贈答用発送も承っています。

### 送料について

ご注文金額により、8,000円まではお客様のご負担をお願いいたします。

8,000円以上15,000円までは送料が半額になります。さらに15,000円以上は送料無料になります。

### お楽しみパッケージはいかがでしょう?

初めてご利用いただく方、あれこれご注文に迷われる方、金額だけ決めていただいて中身はこちらにお任せください。ご注文金額+10%分のおまけ付き、さらに端数の値引きなど特典があります。

送料込みでも別でも結構です。

2,000円以上から承ります。

また一部ご指定の品目を入れることも可能です。



## 農民連直売所もご利用ください。

喜多方市内、農民連直売所にて食工房のパンと焼き菓子を販売しています。

パンの入荷は、毎週木曜の夕方です。

スコーンなど焼き菓子も置いてあります。

場所や営業時間など詳しいことは、お問い合わせください。 TEL 0241-21-8535 会津農民連

## 会津若松市内へ個別配達いたします。

4月は、20日(第3金曜日)にないです。

ご注文は前日までをお願いいたします。

また、ご住所と近隣の地理を詳しくご案内ください。

## お近くの方の配達も承ります。

山都町内と近辺の方、ご要望があれば直接品物をお届けいたします。

週一定期便も承っています。

こちらは、いつでもお気軽にご用命ください。

配達は、一日の作業のスケジュール上、時間指定はご容赦ください

### 食工房のメニュー一覧表を用意しています。

## コーヒーのパンフレットは別に用意しました。

店頭にありますので、必要な方はいつでもお申し出ください。遠方の方には、お送りいたします。

お問い合わせとご注文は...

TEL/FAX 0241-38-3102

〒969-4107 福島県 喜多方市 山都町 大字相川 字高野 甲413-3

天然酵母パンと焼き菓子の店 食工房

営業時間 11:00~19:00 定休日 火、水

ブログ「飯豊の空の下から...」開始!

URL <http://pub.ne.jp/IIDE/>