



食工房の



パンだより

Pichi
CHAP



緑雨号(22号)2007年6月

毎度あいがとうございます。

食工房、がんばってまいります!

何を造るにも、先ずは素材からキッチリと手づくりに徹しておりますので、使って便利な半製品の類は一切使用しておりません。

仕事上、効率の悪いことこの上ありませんが、納得の行くものを造りたいと思うと、どうしても譲れない場面が少なくありませんので、ここはがんばるしかないという覚悟を決めております。

価格の面で多少高めだったり、ご注文時に品切れになっていたたり、ご迷惑も多々あるかと思いますが、どうぞ今後ともご愛顧のほどよろしくお願いいたします。

食工房のこだわり素材

文旦ピール

柑橘類の皮はお菓子にはよく使われますが、本当に出来の良い半製品には未だお目にかかれません。食工房では、私の郷里、高知県特産の文旦の皮を自分で加工して使っています。

ミックスナッツ

アーモンド、カシューナッツ、クルミの三種類の木の实をそれぞれ別々に下ごしらえしてミックスします。特にクルミは、オープンでサウナした後、洗皮を飛ばしてからフードプロセサーで粗砕きします。目の粗いふるいでふるって、残ったものをもう一度砕いてミックスします。

アーモンドもカシューナッツも同様別々にフードプロセサーにかけて、最後に三種類全部をミックスします。

カカオフレーク

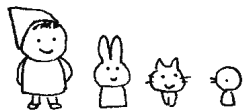
チップ加工されたチョコレートを使わず、カカオマス

をカナで削ってフレークをつくります。微妙に粗さがばらついて、それが見た目や食感に表情を加えています。

添加物のお世話になることもなく、風味も上々です。

他にもまだまだこだわりがありますが、それはまた別の機会に。

FAXは、専用番号で!



食工房へのFAXは 0241-38-3104

通話は、今までどおり 0241-38-3102

食工房のホームページ 仮運用中

URL <http://shokuko.com>

パンだより、高野通信、メニュー表などをダウンロード出来ます。

ブログ「飯豊の空の下から・・・」もご覧ください。

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

毎日更新中



忙しい時こそ!

パン食を楽しみましょう。

忙しいと、食事の支度をするのが億劫になることもありますね。

それどころか、後片付けを考えると食事をするのさへ面倒、ということもあると思います。

でも、体力維持、健康保持のためには、ちゃんとした食事を続けることが何より大切です。

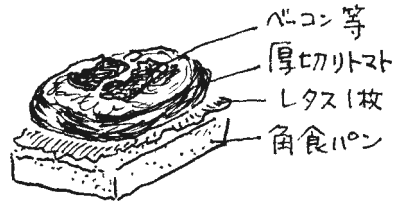
その点、パン食はアレンジ次第で手軽に質の高い食事を実現出来ます。

パンは、白米のご飯よりずっと多くの食物繊維やミネラル、ビタミンB群を含んでいますので、大変バランスの良い栄養食です。

サンドイッチなどにアレンジすれば、副食も一緒に、しかも器を沢山汚すことも無く、あとはスープなど飲み物があれば、ほぼ理想的な栄養補給が可能です。

パン食レシピ特集

トマトのオープンサンド



いただきます!!



トマトをたっぷり食べるレシピです。

上に乗せるベーコンは、油焼きして塩コショウを効かせておきます。(ツナ、オイルサーディン、アンチョビの缶詰でもOK) 好みで、マスタードやマヨネーズを下塗りしておくのもまたいいかも知れません。

瑞々しいトマトのおかげで、パンもスムーズにのどを通ります。

ついでめしておいて少しおつめる

茄子と挽き肉のカリーソース

つくり方

五ねぎを細かく刻んで、バターでよくいためる。

これがソースのベースになるので、甘みが出るまでしっかりいためてください。

茄子は皮をむいて刻み、煮くずしておきます。

挽き肉は、油いためして火を通しておきます。

五ねぎベース、茄子、挽き肉を一緒にして火にかけながら、塩とカレーマサラで味付けします。

五ねぎも茄子もたっぷり使うのが、おいしくつくるコツです。小分けにして冷凍しておけば、取り出して解凍するだけで、冷たいままでもパンに添えて食べられます。



Brownny, Brownny, Brownny

焼き菓子の新作

食工房のブラウニー 好評発売中!

カカオと文旦ピールの香りのハーモニー。

1切れ(約10cm×5cm×2.5cm) 350円



イベントのご案内

ふるさと会津 五人まつい

6月9日・土 9:00~16:00

6月10日・日 9:00~15:00

会場 会津三島町 生活工房

食工房はこの二日間、会場にて日頃お世話になっている空色カフェさんのご協力を得て、出張カフェを開店します。

自家焙煎コーヒーとシナモンロール、スコーンなどをお召し上がりいただけます。

空色カフェさんのメニューもどうぞお楽しみに。

カフェクラブの集い のご案内

7月8日(日) 午後2時~時限の許あり

参加費 お一人1000円

夏向きクールメニューを試します。

すでに定評をいただいている、アイスコーヒー、コーヒーゼリーの他、あともう一品をどうぞお楽しみに。多勢の方のご参加をお待ちいたします。

コーヒー豆のお試しパッケージ企画

全銘柄ミディアムローストにペルー・フルシティーロースト、各100g、計7品目にブラウニーを特別添付サービスで3,000円でご提供します。(送料別です)

※5、6月の2ヶ月間の期間限定サービス

高野茶屋 雑貨コーナーより

Blue Lace 黒田真理さんの服、入荷しました。

今回は、ちょっとお出かけに便利な麻のジャケット、ブラウス、スカートです。

5月の下旬に入荷して、既に何点が売れてしまいました。気になる方はお早めに。

お楽しみ割引き品もあります。



たとえば...
こんな
あります

麻綿混紡
スカート
¥9000

和服の小紋柄
のようにやさしい
小さな花柄
です

気持ちのよい肌ざわり

ガーゼの
きんちゃく袋と
ポケットティッシュ
ケースのセット



¥1,180

通信販売、ご利用ください。



食工房では遠方への発送も承っています。ご自宅用はもちろん、贈答用に相手先へ直接お届けすることも出来ます。

送料は、原則的にお客様に負担していただきますが、ご注文金額により 8,000円以上のご注文で半額に、15,000円以上で無料になります。

お友達と共同購入で送料を節約するなど、ご検討ください。

キフトシーズン限定企画

先方への直送も承ります。



その1

コーヒーギフト

コーヒー豆 200g×2袋とケーキ1本の組み合わせギフトパッケージです。(化粧箱、包装紙、リボンがけ、メッセージカード作成サービス付き。)

コーヒーの銘柄とケーキの種類により、2,500~3,100円

その2

お楽しみパッケージスペシャル

送料別

金額を決めて、中身はこちらにお任せいただくのはいつもと同じですが、6月中のご注文に限り、お申し込み金額の15%増のパッケージになりますので、大変お得です。(送料を除く金額が対象になります。)

メッセージカードも無料で作成します。



※メッセージカードをご希望の方は、ご注文時にメッセージ文と一緒にお知らせください。

農民直売所をご利用ください。



喜多方市内にある、お米や野菜の直売所です。こちらで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、毎週木曜日の夕方です。詳しいことは、直接お問い合わせください。

TEL 0241-21-8535 会津農民連

喜多方市 字西四ツ谷 24-1 サニープラザ101

会津若松市内へ個別配達いたします。



6月は、15日(第3金曜日)にないです。

ご注文は2日前までをお願いいたします。

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。

※ホームページからダウンロードすることも出来ます。

お問合せとご注文は...

TEL 0241-38-3102

FAX 0241-38-3104

〒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

