



お陽さまの光が強くなって、青い空がまぶしいなあ。

おねえちゃんとはぼくは、散歩することにしたよ。

おねえちゃんは、桜の木の前に立ち止まって「かわいい・・・」と叫んでた。

「ほら、芽がふっくらしてきて、赤ちゃんみたいねー。」

「ね、ね・・・！」とお人形に見せてたよ。

「まっ！梅の花がこんなに・・・もうすぐ咲きそう！」

おねえちゃんは、うっとりしてる。

でも、ぼくはほかに気になるのがあるんだ。

木の枝に、小さいのや大きいのや変な形のがいっぱいあるでしょ。

よーく見ると形が時々変わるし、朝見た時と昼間で違ってる。

場所も少し移ってたりする。

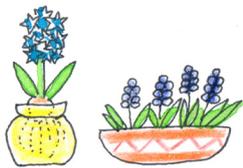
うーむ、うーむ、名まえを付けてやろうかな。

だって・・・、「あいつら」じゃ、なんかかわいそう。

うんとへんてこでかわいいやつの名まえ。

うーむ。

(まちこ)



1月・2月



# 通販の送料割引キャンペーン 実施中

ただ今1月と2月の2ヶ月間、通販の送料を割引くキャンペーンを実施中です。

通常、お買い上げ5000円以上で無料となるところ、3000円以上で送料無料で適用になります。



また、3000円以下も全て送料半額です。ちょっと試してみたいんだけど、送料が・・・という方、少額でも送料の負担が少なくて済みます。

食べてね!!



ぜひこの機会をご利用ください。ご常連の方も、あと〇〇円で送料無料なんですけど・・・と、無理なご注文に悩むこともありません。



サクッと必要なものだけご注文いただいても、案外送料無料でラインに達すると思います。

ギフトのご用命も、この機会に・・・



また日頃ご来店いただいている方でも、雪道のドライブが・・・という時は、どうぞお気軽に通販をご利用ください。

皆さまのご利用を、お待ちしております。



## 年間定額定期便のおすすめ

一年間、毎月決まったスケジュールで、定額のパッケージをお届けする企画です。

一口3000円以上×12ヶ月から承ります。

★送料無料で、他特典あり。

代金は、毎月払い、一括前納、どちらでも結構です。一括前納の方には、年末にシュートレングiftを進呈いたします。

パッケージ内容は、お任せ、一部指定、全部指定のいずれでも結構です。

通常の個別通販よりも、断然お得です。

お申し込みお問い合わせをお待ちしています。



2月28日～3月8日

## 臨時休業のお知らせ

毎年この時期の恒例となっておりますが、郷里の高知に出かけます。

定休日を含めて9日間休業いたします。

この間は、ご注文やお問い合わせに対応出来ませんので、ご了承ください。

営業再開は、9日(木)からになります。

定期便をご利用のお客さまで、毎月第一週にお届けの方は、第二週以降に順延となります。

個別にお知らせいたしますので、よろしくお願いたします。



## 柚子きんとん丸

2月いっぱい終了

ご好評いただいております柚子きんとん丸ですが、原材料のさつまいもが残り少なくなって来ましたので、今月いっぱい終了です。

3月からは、代わって地元藤沢集落のおばあちゃんたちの小豆でつくったあんパン、「漣乃あん丸」が再開になります。

柚子きんとん丸、漣乃あん丸ともに



1個 220円

両方にべるよ!!



## カレンダー、差し上げます。

食工房オリジナルカレンダーを差し上げます。今回は配り始めるのが遅れ、年が明けてしまいましたので、まだ残部があります。

ご来店いただければ、無料で差し上げます。

ご遠方の方は、通販ご利用の際などにご要望いただければ、同封いたします。

今日は何を作ってるの?

や... 絵文字でわかるよ!!



開発試作中

ラードを使って

## 食事パン

少し前から興味があった素材ラードです。それよりずっと以前は、動物性油脂は健康に良くない食材だからと、敬遠していました。

しかし、パンを主食とする食文化の中では、ラードはとても重要な位置にあって、パン生地の中に練り込むこともあれば、バターのようにそのまま塗って食べたり、あるいは細かく擦り潰した肉やその他の材料と一緒にパテにしてパン食の伴として供したり、使い道も実に様々です。

実際のところ、動物性脂肪だからと言って、そんなに体に悪いの・・・？

実は、いつの頃からか、疑問に思っていました。

見直すことになったきっかけは、地元で自然卵養鶏をしている農家さん（浅見さんと言え、ご存じの方は多いはず。）が、豚を飼い始めたことでした。

飼料の足しになるのではないかと思い、売れ残りのパンを差し上げて与えてもらったところ、ものすごく好んで食べるとのこと。

何とも贅沢な豚君ですが、健康度は申し分ないということですね。

お礼にお肉を分けていただきましたが、ラードは使いませんかとのご提案に、早速ラードを使った食事パンの開発を思い立ちました。

もうすでに二回ほど試作しましたが、なかなか良い出来の美味しいパンが焼けています。

そこで、出来るだけ多くの方からご感想やご意見をいただきたく、モニターを募集いたします。

これから何度か、試食とレビューをお願いできる方、ご連絡ください。

どうぞよろしくお願いいたします。



真知子のイラスト入り



ポストカードの販売



連れ合いの真知子のイラストのポストカードを販売しています。

この通信の各号の表紙絵やドコノモリのお話しの中の挿絵などが、絵葉書サイズになっています。

店頭では、すでに販売の実績もあるのですが、通販の場合は実物を見られませんが、手が出しにくい一面があると思います。

そこでほんの一端ですが、別紙にてご紹介いたしますので、どうぞご覧ください。

そしてご購入いただけましたら、幸いです。

画材購入の足しになります。

どうぞよろしくお願いいたします。

1枚 150円です



## コーヒーの部屋

コーヒー焙煎を続けています。

本式の焙煎機になってから早や1年余り、ノウハウも蓄積されて、もう以前のポン菓子焙煎機よりは、ずっといい焙煎が出来ていると思っています。

銘柄も増えましたし、一部の銘柄は焙煎度も選べます。

前号でお知らせしましたように、パッケージも新しくなっています。

以前に比べて格段に幅が広がった食工房テストをお楽しみいただければ幸いです。

★次ページに、価格表を掲載しています。





## 今お求めいただける銘柄



## 編集後記



- ブラジル セラード樹上完熟  
ナチュラル・天日乾燥  
ミディアムロースト 600円
- グアテマラ サンタフェリーザ農園  
ケニアスタイル・ダブルウォッシュド  
ミディアムロースト 650円
- ボリビア リオ・コリ農園  
ウォッシュド・天日乾燥  
ミディアムロースト 500円
- エチオピア  
モカ・イルガチエフェG1 ナチュラル  
ミディアムロースト 600円  
シティーロースト 600円
- コロンビア スイート&フラワーズ  
ウォッシュド・天日乾燥  
ミディアムロースト 550円  
フルシティーロースト 600円
- 東ティモール レテフオホ10マリアーン  
ウォッシュド・天日乾燥  
ミディアムロースト 550円  
シティーロースト 550円
- インド カラディカン トリシューラSC-01  
ウォッシュド・天日乾燥  
ミディアムロースト 600円  
シティーロースト 600円
- マラウイ ミスク・チノンゴ+チャニア  
ウォッシュド・天日乾燥  
フルシティーロースト 600円  
フレンチロースト 650円
- ブレンド  
食工房おいしいブレンド 550円  
スイートモカブレンド 580円

※シティーローストはやや深炒り、フルシティーローストは深炒りです。

- ★すべて、100g当りの価格です。
- ★お好みのブレンドも承ります。
- ★挽き豆も承ります。



今月号も、やっとのことで出来上がりました。こんなに遅れてしまった一番の原因は、雪です。今月に入ってから、度重なる大雪で除雪に時間と体力を取られてしまいました。食工房の製品づくりの本業をおろそかにすることも出来ず、時間はいくらあっても足りません。それに少しは休まないと、通信の編集をするのに頭が切り替わりません。まあでも、何とかなりました。今月末から来月頭にかけて、高知に出かけますので、3月号もやはり遅くなることと思います。それでもこの通信は、皆さまとのご縁をつなぐ大切な系のようなものだと思っています。食工房のパンや焼き菓子あるいはコーヒー豆などと同じく、皆さまに喜んでいただけるように、自らも楽しみながら続けて行きたいと思います。どうぞこれからもよろしくお願いいたします。



お問合せ、ご注文、あるいはお便りは・・・  
TEL 0241-38-3102 FAX 0241-38-3104  
e-mail mikke@shokuko.com  
〒969-4107 福島県喜多方市山都町相川  
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 ~ 18:00 定休日 火・水

ホームページ  
<http://shokuko.com/>  
ブログ「飯豊の空の下から・・・」  
<http://shokuko.com/myblog/>  
食工房オンラインストア  
<https://shokuko.stores.jp/>  
食工房 in Creema  
<http://www.creema.jp/c/shokuko>

