

# 飯豊の空の下から・・・

No.77

食工房のパンだより・中島通信・ドコノモリ

2024年4月 卯月号

編集・発行 食工房 青木幹雄・真知子



Machiko

おい、雲 何だか楽しそうだね  
桜色に染まって 仲間と遊んでいるの？  
ぼくたちのところにも 春が来ているよ  
桜のまわりで お祝いしているよ



## おげんきですか

3ヶ月のごぶさたです。

その間に、早くも季節は冬から春へ。

この冬は暖冬で雪も少なく、春の訪れも早いかわかれましたが、3月になってお彼岸を過ぎた後も雪が降り続くなど、季節が逆戻りしたような日が続きました。

さて、開業20周年を迎えた食工房ですが、1月から3月末まで、それを記念していろいろなサプライズキャンペーンを実施してまいりました。

20周年記念のメダル型のビスケットを配ったり、店頭では3,000円以上のお買い上げに付き、500円分の商品チケットを差し上げたり、その他通販ご利用の方、定期便ご利用の方にも複数の特典を用意しました。

おかげさまで、多くの皆さまに喜んでいただくことが出来ました。

これらの特典を含む開業20周年記念事業も、3月いっぱいでしたら終了いたします。

4月からは通常の体制に戻りますが、また別なサプライズを計画しています。

今年1年間は、とにかく開業20周年のお祝いの年にしたいと思っています。

どうぞ、これからも食工房をよろしく願いいたします。



## キャッシュレス、対応しています

時代の波に押され、食工房でもいよいよキャッシュレス決済に対応することになりました。

AirPAY(エアペイ)というサービスを利用して、各種クレジットカード、交通系ICカード、また各種QRコード決済に対応しています。

スマホ一つでお支払いも可能です。

これに伴い、店名ロゴと商品名を含むお買い上げ明細が表記されたレシートも発行出来るようになりました。

もちろん、現金でのお支払いもOKです。

## 麦からつくるパン屋のお知らせ Shokuko News



## 麦畑通信 2404



圃場では、冬を越した麦たちがたくましく成長を再開しています。

ライ麦、スペルト小麦、南部小麦、そしてデュラム小麦の4種類。

今年の秋から、また作付け面積も増える予定です。

特に、ライ麦の需要が多く、まだ生産が追いついていない状況です。

というのは、ライ麦パン用の他に、ライ麦ごはんの素に加工する分が大量に必要になって来ているからです。

昨年、ご飯に混ぜて炊く用にライ麦をお使いになる方が多くいらして、次々お問い合わせをいただきました。

これまで何度かに分けて100kg以上を加工して販売していますが、いつもほぼ予約分で完売の状況です。

こんな時、流通しているライ麦原穀を購入するという手もあるのですが、これまで何度も試した結果、どうしても品質的に満足が行かなかったという経過があるのです。

何としても、ライ麦の生産を増やしたいと思っています。

そして、食工房の農業力をますます力強いものにして行きたいと思っています。

食糧の国内自給の面でも農業を大切にしたい・・・、どうか皆さま、食工房の取り組みを応援してください。

よろしくお願いいたします。



## かたいパンを食べたくなったら 食工房へおいでください

現代人の食生活に一番欠けているもの、それは繊維質とミネラルです。

そしてそれは、サプリメントなどで補助的に摂取するのではなく、日常の食生活の中で食品から摂ることが重要です。

そんな時まず筆頭に挙げられるのが野菜ですが、それよりも未精製穀物を食べるの方が、数倍、数十倍効果的です。

全粒粉と呼ばれる、外皮や胚芽部分を含んだ粉を少し混ぜるだけで、繊維質とミネラルの補給は、ほぼ心配なくなります。

食工房では、ライ麦全粒粉、小麦全粒粉などを10%～100%配合してパンを焼いています。

日常に常食していただくための食事パンとして、皆さまの食生活に取り入れていただきたいと思っています。

健康のために、腸活、ダイエット、体質改善など、あらゆる面でメリットがあります。ライ麦入り角食パン、堅焼き黒パン、スペルト小麦丸、プンパニッケルなど、食感のかたいめですが、麦芽の香ばしいかおりが味わえます。

例えば・・・

ライ麦入り角食パン 1斤 550円

飯豊山食パン 1斤 570円

堅焼き黒パン・大 1本 695円

※特大(×2サイズ)、1/2カットもあります。

スペルト小麦丸 1個 660円

※1/2カットもあります。

プンパニッケル 1本 550円

などなど、いろいろございます。

皆さまのご利用、お待ちしております。



## カレーマサラ 新レシピで再販

ご好評いただいています!

食工房の陰のベストセラー商品、カレー用辛口調合スパイス「カレーマサラ」です。

発売以来、少しずつレシピを変更しながらグレードアップを続けています。

今回は、柑橘系の香りをより印象づけるために、柚子の皮の粉末を配合しました。

全体からすればわずかな量の追加ですが、華やかさとさわやかさが増していると思います。

カレー料理なら、ほとんど何にでも使える使い勝手の良さが身上です。

カレーソース、ドライカレー、タンドリーチキンなどの調味に欠かせない材料として、ぜひご活用ください。

なお、近年のスパイス類の異常なまでの高騰により、止むを得ず値上げしました。

### 食工房のカレーマサラ

80g 1袋 (カレーソース48皿分) 980円



### 小豆、入手困難に・・・

小豆の入手が難しくなっていました。

というのは、これまで熱心に小豆を作っていたおばあちゃんたちがご高齢となり、相次いで体調を崩されたりして施設に入所するなど、畑を続けることが難しくなったからです。

加えて、去年の猛暑と干ばつにより、収穫がほとんどありませんでした。

今後も収穫を見込めないことから、あんパン(漣乃あん丸)の製造を休止しています。

今のところ、再開の目途はありません。

何と言っても、あのおいしい小豆を炊いてつくった餡に勝るものは他にありませんから。それに代わって、何かお口の楽しみになるような菓子パンを・・・と思い、昨年試験的に製造販売していた「ぼうしパン」を再開することにしました。



## 東ティモール レテフォホ ティピカ/ウオツシュド

このコーヒーは、東ティモールのレテフォホ地区において、日本のNGO団体「ピースウィンズ ジャパン」が20年以上前から行っている支援事業により生産されています。

独立間もない、主要な産業も育っていない当初から、コーヒーに目を付け息の長い地道な努力を続けてきた結果、今では国際的にも評価の高いコーヒーとして、各国バイヤーから多くの引き合いを獲得するまでになりました。

食工房では、この豆をピースウィンズジャパンを通して直接買い付け、低温倉庫（雪室）で管理しています。

これを、ミディアムロースト、フルシティーロースト、フレンチローストに焙煎し、自家焙煎コーヒーとして販売しています。

ミディアムローストは、甘いトロピカルフルーツの香り、香ばしいナッツの香り、口に入れた時に感じるほど良い苦みと柑橘系を思わせる爽やかな酸味、そして後味に残る香り、どれ一つ取っても皆さまにご満足いただけたと思います。フルシティーローストは、シアトル系深炒りのフレーバー。

強いロースト香、パンチの効いた苦み、一方で酸味はほとんど無く、クリームやミルクとの相性もいので、アインシュペンナー（ウィンナーコーヒー）などに、またアイスコーヒー用としてもおすすめです。

ちなみに、食工房ではコーヒークッキーにこのローストを使用しています。

フレンチローストは、極深炒りのカフェオレ、カフェラテ専用のローストです。

少量の濃厚な抽出液を多めのミルクで割って、且つしっかりと甘みを付け、お好みによりシナモンを効かせたり、ウィスキーを垂らしたりして、特別な一杯を演出してください。

ミディアムロースト 660円 / 100g  
フルシティーロースト 750円 / 100g  
フレンチロースト 800円 / 100g

※お買い得です！

旨いコーヒーを  
飲みたいと始めた  
自家焙煎、33年めに  
なりました!!



## 編集後記



お彼岸も過ぎてから相変わらず寒い日が続いていますが、それでも確実に日が延びて、季節は春を迎えていることが分かります。

また一つ冬を越すことが出来た安心感と喜びに浸っています。

これまでより、もはや長くはなくなったこれから、人生の黄昏時を落ち着いて過ごしたいものだと、つくづく思う私です。

あとに残すもののことを思い、あとを汚さないよう、ゆっくりと注意深く歩いて行きたい・・・。

この通信の編集に、向き合う時間を大切に出来るくらいのペースが、いいのかも知れません。

いろいろやり過ぎないこと、心がけたいと思います。

最後までお読みいただき、ありがとうございました。

また次号で、お目にかかります。（みきお）



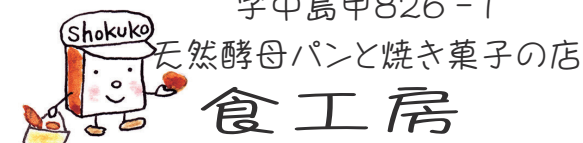
お問合せ、ご注文、あるいはお便りは・・・

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

字中島甲826-1



## 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>

