



しもせんだより 11月号



もっとうい明日へ
超えてく



発行 No.167 発行日：2022年10月31日
発行：パルシステム茨城 栃木
しもつまセンター委員会
発行責任者：パルシステム栃木センター長 黒沼
問合せ先：0120-390-433

しもつまセンター委員会メンバーのお勧め

クリスマス・年末商品を紹介

<ポテトカップグラタン (産直バジルソース) 6個 240g>

・オーブントースターで手軽に調理できるのが良いと思う。
ジェノベーゼソースとポテトがよく合っていて美味しいです。
見た目もかわいくてパーティにぴったりだと思います。
2022年度クリスマス早期チラシ登場の新品商品！



<こんせん生クリームケーキ 5号>

・クリームは甘すぎず後味がさっぱりしているからたくさん食べてもあきない。
スポンジはしっとり、JA おとふけの産直小麦使用。



<小田原籠清迎春紅白かまぼこセット 150g x 2>

・すり身はかまぼこに適したぐちのみを100%使用。
歯ごたえがあり食べ応えあり美味しいですよ。

<つきじ入船伊達巻>

・市販のものは甘いので苦手でしたが、この伊達巻は
甘さ控え目でぺろりと美味しく食べられました。

<丹波大黒豆 220g (固形量 120g)>

・豆が大きく、ふっくらやわらかです。甘すぎずおいしかったです。

<さばの押寿しセット 2種 670g>

・2種類 (さばの押寿し、焼さば寿し)、食べ比べして楽しめます。臭味がなく
脂ののったさばが美味しい！生姜が良いアクセントになっていてさっぱり食べ
られました。レンジで温めるだけなので、あと一品ほしい時にも便利です。
冷凍庫にいつでも食べられるようにストックしておこうと思いました。

<ビターチョコケーキ・ビター (産直小麦使用用) 380g>

・甘さがしつこくなく、1本ぺろり~と一本食べられる位の美味しさです。ク
リーム部分は濃厚です。

詳しくはカタログをご覧ください。早期割チラシでお得に！！お見逃しなく。

センター委員モニター商品のご紹介

◆日本のこめ豚カタ・モモ切落し徳用 320g 498円 (税込 538円)

みなさんは豚が何を食べて育つか知っていますか？「日本のこめ豚」は出
荷前の約2カ月間、国産飼料用米を配合した飼料で育ちます。2022年4月
お届け分の商品から配合率を30%から40%に変更しています。お米は豚が
栄養をしっかりと吸収できるように開発した飼料を与えています。

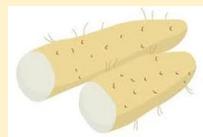
<センター委員の感想>

・こめ豚は、豚肉特有の臭味が少なくやわらかでとても
美味しいです。脂身もサラッとしています。切落しなので
どんなお肉が入っているか毎回楽しみにしています。



・こめ豚は臭くなくて美味しいです。厚みがあって脂が程よく、食べ応え
のある豚肉です。美味しく安全でリーズナブルな価格に満足しています。

◆葉菜野果 (はなやか) 産直の長芋 250g 189円 (税込 204円)



半年以上かけてじっくり生長する長芋には、やわらかく
肥沃な土が不可欠。土壌診断で畑の状態を見極め、バラ
ンスのとれた土づくりを行っています。粘りは少なく、
さらさらした食感が特徴です。

<センター委員の感想>

・長芋はちょうどいいサイズで使いやすいです。真空
パックなので鮮度が長持ちでいつでも新鮮なのがいいで
す。すりおろしてとろろご飯にして食べました。白だし
としょうゆをかけて食べたら子供が喜んで食べました！



・長芋は真空パックで日もちがするので助かります。おがくずや土が付い
ていないので皮ごとすり下ろして便利つゆをかけて食べたり、千六本にし
て鰹節と醤油をかけて食べたりしています。

パルの会 有機野菜と平飼いたまごの勉強会を開催しました！



10月13日にパルシステム茨城 栃木(下妻館)において開催しました。

しもつまセンター委員会では、3年振りの試食交流が出来た「パルの会」となりました。前半は、JAやさとの鶏卵生産者の松崎さん、JAやさと産直課の渡辺さんとオンラインでつなぎ、鶏舎・ニワトリの様子や飼料などをライブ中継で見せていただきました。一般的な鶏舎は、においが気になるといった印象ですが、松崎さんの鶏舎は糞を敷き、鶏糞と糞が合わさることでおいがなく気にならないとのことでした。オンラインではにおいを全くお伝え出来ず残念ですとおっしゃっていました。いつか実際に見学してみたいなと思いました。ニワトリに関するクイズや、平飼いのニワトリについて、国産飼料の詳しい内容やたまごの価格設定など丁寧に説明してくださいました。飼料によって黄身の色は変わるそうです。

後半には有機野菜の勉強会として、パルシステムの定めている基準や、JAやさとの有機野菜生産者(岩瀬さん、小林さん)のビデオレターを見ました。【パルシステムの青果には、「コア・フード」「エコ・チャレンジ」という独自の栽培基準があります。目指しているのは、人体や環境への影響が大きい化学合成農薬を避け、化学肥料の削減を通して健康な土づくりを進めること。化学合成農薬や化学肥料不使用は「コア・フード」、都道府県で定めた慣行栽培基準の1/2以下に使用回数を減らして栽培したものには、「エコ・チャレンジ」とマークがつけられています。】



<飼料によって黄身の色あいに違いが！>

※コア・フードとは・・・有機 JAS 認証 ※エコ・チャレンジとは・・・使用できる農薬を制限、農薬の総資料量も低減、有機栽培に近い農薬削減にも挑戦中のもの



勉強の後には試食交流会を楽しみました。予約登録制の貴重な「国産飼料で未来へつなぐ平飼いたまご」を使い、白身を泡立てて贅沢なTKG(たまごかけご飯)。有機サニーレタス、ミニトマトなどはサラダに。届いた有機野菜には虫食いもなく、見た目も色鮮やかでキレイ、甘くておいしい！生産者が手をかけて作ってくださっていることが伝わりました。コロナ禍もあり黙食となりましたが、また感想を言い合いながら試食できる日が来るといいなと。普段何気なく食べている卵や野菜ですが、わたしたちが安心安全なものを選ぶことで、生産者を応援することができるのだと改めて確認することも出来ました。次回の「パルの会」は2月に予定。ぜひお気軽にご参加ください。



ストレッチ教室を開催しました！！



9月15日にパルシステム茨城 栃木(下妻館)において開催しました。講師には、前回参加者のみなさんから好評だった、カレッジ「とらいあんぐる」に登録している井出先生をお招きして行いました。3回シリーズ第1回目、井出先生からはいろいろな座学も教えて頂き、笑いの絶えないストレッチ教室と他のセンター委員会でも人気の先生です。当日参加者より体調を聞いて不調の肩こり症状を緩和するストレッチを中心に行いました。みなさん、自分の体と向き合い日ごろ凝り固まった体のメンテナンスができ、すっきりとした表情でリフレッシュできた様子でした。

