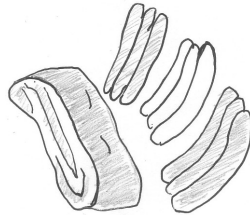


自然な味のソーセージとベーコンって、こういうものなんだ

寧楽共働学舎のソーセージ&ベーコン

自然な味のソーセージとベーコンって、こういうものなんだ、と初めて味わう味かもしれません。なぜなら人の努力によって出来た味ではなく、ただ、普通に育てた豚を普通の作り方で作っただけだからです。

ソーセージは塩1.7%、香辛料0.4%、スキムミルク0.7%、豚肉は肩肉、モモ肉を使用し、約10%の背脂、それらをミンチにして摂氏5度前後攪拌。練り上がった肉を羊腸に詰め、乾燥、燻煙、蒸気でオイルしてできあがり。あまりにもやさしい味です。羊腸が薄く柔らかいため、よくある「プリッと」感よりも、どなたでも食べやすく、柔らかい食感です。



ベーコンはブロックベーコンです。スライスのベーコンはよくありますが、固まりでおいしいベーコンというのは意外にありません。白い脂部分は甘くおいしく、赤身部分は肉の味がしっかりしています。薫製の素晴らしい香りが冷蔵庫いっぱいに広がってしまほど。野菜のスープにほんの少し入れるだけで肉の旨みが溶け出して、極上のスープに。固まりをいかにして、カルボナーラやパスタなどに使うと、いつもと違ったおいしさが楽しめます。



北海道の寧楽共働学舎さんでは材料になる豚肉から育てています。豚はとても成育の早い家畜で生まれてから約6ヶ月で食卓に上ります。このため一般的には抗生物質を使用し、病気等の発生を防ぎますが、寧楽共働学舎さんでは酵母菌を飼料の中に入れて醗酵飼料を与え、酵母菌に支配させた病気の発生を防ぐ豚舎で育てています。なので抗生物質を使う必要はありません。飼料は北海道産の規格外小麦を使用し、ポストハーベストの問題もありません。子豚はのびのび、いきいきと育てられ、ストレスがありません。大切に育てた豚を月に1度だけ感謝とともに屠(ほふ)り、加工します。なのでエコマルに入荷するのにも月に1回だけ。保存のため茶色いミートペーパーに包まれているため中が見えません。添加物を使っていないため、賞味期限が短く、ごく少量しか入荷しません。

ぜひ、月に一度感謝と共に皆様の食卓にのぼらせて下さい。



「共働学舎」とはご存知の方も多いかと思いますが、社会で弱い立場にある人たちと共に、自労・自活、自主独立を基本として、農業と工芸を主体とした生産的勤労生活を行っているグループで、エコマルでお世話になっているチーズの作り手、新得共働学舎さんもそうです。競争ではなく、協力。

人間一人一人の命の価値を重んじ、それぞれにふさわしい、それぞれに喜びを感じられる協力をするることによって、調和する社会を造ろうと願って、活動しています。

もっと知りたい方はぜひ共働学舎のホームページを見てみてください。

(<http://www.kyodogakusya.or.jp/>)

HEALTH TRIP 研究所 アルストリップ 研究所 by あっこ



合気道始めました

合気道って興味あるけど、一体どんなことするの？と私も思っていました。特にテレビ番組などで、クルッと回って飛んでいく姿を見ると、少々ウサンクサイイメージもありました。

しか～し、実際見学に行って、技をかけてもらうと、うっ、痛たたた…痛いよ！しかも、体が勝手に反り返るじゃないですか！これは本気でやられたらテレビのように飛ぶかもしれない。なんかわからんがこれはおもしろいぞ、ということで始めてしまいました。

理論的には全てからだの仕組み、関節に基づいた動きと打ってくる相手の力を円運動の動きで制して封じてしまうもの(難しいですな)。取りあえず、技をかけるなんてまだまだで、今の私では止まってもらっている店長すらも倒せません。始めて2、3ヶ月で何がわかったかという、型稽古による練習で日常の動作に必要な筋肉がついてくるということ。筋トレのように一部分の筋肉を急激に鍛えるのではなく、体全体が徐々に鍛えられるような気がします。特に足腰が鍛えられるので、日常の些細なこと、例えば立ったり座ったりが楽になったりとか、重い荷物が楽に持ち上げられたりとかということに、ふと気づきます。また武道を始めると「丹田」とか「体の軸」とか気になりだして、普段の立ち姿、腰の位置などに気をつけます。おかげでこの冬は腰痛知らずです(これがうれしい)。

やっぱり武道だよ、日本人なら武道やんないとね！運動も国産が一番だよ。

『ビリー(ブートキャンプ)よ今までありがとう！そしてさようなら。』

道場のピンとした空気の中で練習するのはとても気持ちのいいものです。合気道は試合がないので「勝った、負けた」というのがなく、型稽古による日々の修練が自分との戦いのようなもの。老若男女誰でもできて、生涯スポーツとしておすすめの武道かもしれません。

※ちなみに店長は極真空手をやっています。異種格闘技戦の様相になってきました。

※あっこの通う道場のWEB→http://www.geocities.co.jp/aikido_gekkoryu/

※店長の通う道場のWEB→<http://55tank.com/Shinkyokushin-Sohonbu/> 参考までに

●寧楽のソーセージ・ベーコンのお値段と「入荷・予約予定」

■ソーセージ(250g/8本くらい)¥725 ■ベーコン(200gブロック)¥630

(3月) 3月11日(火) 入荷予定 →いつでもご連絡下さい。ただし数に限りがあります。

(4月) 4月15日(火) 入荷予定 →予約締切りは3月25日(火)になります。

※もちろん注文頂かなくても販売いたします。ただし限定数なので、ご予約にご協力いただけると助かります。どうぞよろしくお願い致します。



サンデー百姓日記はまたもや今月お休み。作業がないので、でもそろそろ動かねば。