



ほんものを たべよう

Alter Weekly Order Catalogue

2015. 12月1週号

提出日	11/	火	水	木	金
	24	25	26	27	
配達日	12/	火	水	木	金
	1	2	3	4	
翌々週分配達日	12/	火	水	木	金
	8	9	10	11	

オルターの提案

- 本当に安全な食べものを手渡すために
- 「だれが・どこで・どのようにつくったか」の情報を日本一公開します。
 - 「国産」「無農薬」にこだわり、日本の伝統食を守ります。
 - 原料段階・飼育段階からポストハーベスト農薬、遺伝子組み換え、放射能汚染、トランス脂肪酸、食品添加物などを徹底的に追放します。
 - プラスチック容器・レトルト食品を追放します。

惣菜 COOKED FOOD

クックたかくらのお惣菜、 おいしくリニューアル

オルター取扱品は100%オルター食材になりました。



(有)クックたかくら

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べものネットワーク オルター 代表)



高倉 正雄さん(後列右から2人目)、尚さん(後列右から3人目)、久江さん(後列右から4人目)

オルター食材100%で

東京都東久留米市の(有)クックたかくら 高倉 正雄、久江ご夫妻は、これまでオルター食材や仲間の団体のこだわり食材を使って、安全、安心のこだわり手作り惣菜を作ってきましたが、このたび、オルター向けの惣菜については、100%オルター食材に切り替えることになりました。当然のことながらおいしさは一段とアップしました。

もったいないが出発

クックたかくらの奥様、高倉 久江さんの実家が茶園だった関係で、高倉 正雄さんはかつてお茶の卸業を営んでいました。お嬢さんがアトピーになってしまったのがきっかけで、食べもの大切さに気づき、始めたのが自然食品店でした。

そんなおり、関東のある消費者団体と出会い、有機農業の農家に出かけて行く機会がありました。すると、

十分に食べられるのに、規格外として捨てられていく野菜が畑にあることを目にしました。もったいないなと思い、何とかそれを利用することはできないのかと考え、工夫してお惣菜を作ってみたところ、おいしいとの評判を得て、安全にこだわった惣菜作りがスタートしたのでした。

お惣菜ほど添加物が多種多様に使用されているモノはありません。当然のことながら、クックたかくらでは一切添加物を使いません。調味料などの原材料も限られた中で、モノ造りをしなければなりません。それだけに、納得できる味にするためには開発に人一倍気を使い、大変な苦勞と忍耐強さが必要でした。

味付けは、素材そのものの良さを損なわないこと、体にも優しくおいしいことを念頭に、全般的に薄味に仕上げています。また、冷凍で各家庭に届きますので、もう一度温め直して食べるときに、ちょうど食べごろの食感になるように仕上げられています。

少量多品目を手作り

加工場は家庭の台所を大きくしたようなもので、鍋、釜を使った手作りです。大量生産でなく、少量多品目を人手をかけて丁寧に作っています。したがって有害なものが混入する恐れはありません。もちろん、洗浄には石けんを使っています。

したがってクックたかくらが作るお惣菜は、いわば家庭料理の延長にある手作りです。久江さんが主として製造の腕をふるっています。1995年からは長男の尚さんも手伝っています。

オルターとの出会いは、奈良よつ葉牛乳を飲む会の清水 章子代表からの紹介でした。

オルターとしては、家庭用はもとより保育食、老人食などに惣菜のパラエティーも充実していきたいので、その力になっていただければと期待しています。

クックたかくらの 惣菜

●原料 100%オルター食材	
野菜	オルターの生産者のキャベツ、ハクサイ、タマネギ、ジャガイモ、ニンジン、ホウレン草、ニラ、長ネギ、レンコン、インゲン、ショウガ など
牛肉	知床興農ファーム(北海道産)(オルターカタログ2015年7月3週号参照) ND
豚肉	知床興農ファーム(北海道産)(拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.76参照) ND TONTON(和歌山県産)(オルターカタログ2006年3月1週号参照) ND ポーンフリーファーム(北海道産)(オルターカタログ2015年10月1週号参照)
鶏肉	米沢郷牧場(山形県産)(オルターカタログ2014年3月3週号参照) ND
たまご	芦田ポーター(オルターカタログ2014年4月1週号参照) ND
牛乳	よつ葉乳業 ノンホモ牛乳(オルターカタログ2014年4月2週号参照) ND
桜えび	かもめ屋(駿河湾産)(オルターカタログ2007年11月1週号参照) ND
干しいたけ	やさか共同農場(島根県産)(オルターカタログ2002年3月5週号参照) ND
生しいたけ	井上椎茸園(拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.72参照) ☆☆ ND
小麦粉	金子製麺(オルターカタログ2010年6月1週号参照) ND
でんぷん	神野でんぷん工場(北海道産)(オルターカタログ2010年2月1週号参照) ND
パン粉	桜井食品 ND
餃子の皮	キムラ 国産小麦、食塩(メキシコ産)
いりごま	鹿北製油(鹿児島県産)(オルターカタログ2011年3月4週号参照)
食塩	赤穂の天塩
砂糖	新光糖業 甘蔗分蜜糖(鹿児島県産)
酢	飯尾醸造 富士酢(京都府産) ND (拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.161参照)
醤油	丸中醤油 ND (拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.158参照)
みりん	角谷文治郎商店 三河みりん(愛知県産) ND (拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.159参照)
料理酒	大木代吉本店(福島県産) ND (拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.177参照)
ケチャップ	光食品(オルターカタログ2015年8月1週号参照) ND
菜種油	堀内製油 (拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科」p.167参照)
ごま油	影山製油所(オルターカタログ2011年10月4週号参照)
コショウ	エヌハーベスト(インド産など) (オルターカタログ2013年11月2週号参照)
ひじき	芦浜産直出荷組合 (オルターカタログ2009年4月4週号参照) ND
油揚げ	太子屋(オルターカタログ2010年8月4週号参照)
かんぴょう	ムソー ND
高野豆腐	信濃雪(オルターカタログ2011年11月4週号参照) ND