



ほんものを たべよう

提出日				
1/	火	水	木	金
21	22	23	24	
配達日				
1/	火	水	木	金
28	29	30	31	
翌々週配達日				
2/	火	水	木	金
4	5	6	7	

Alter Weekly Order Catalogue

2025.1月5週号

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。

菓子

究極のクランチチョコ、 ムーさんのチョコ玄米

最高のサクサク感と贅沢な味

食品工房 無有

文責 西川 榮郎(オルター 代表)



クリーニング師が作ったクランチチョコ

化学物質過敏症の方も安心して利用できる、安全なクリーニング店、クリーニングハウスムー（拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科③」p.198参照）の高見明美さんが2024年に新たに立ち上げた、食品工房 無有の「チョコ玄米」のご紹介です。

原料は100%オルター食材

高見さんが作るクランチチョコは、オルターの生産者、土橋 敏郎さん（拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科②」p.36参照）の農薬不使用玄米☆☆☆を、発芽モード®で炊飯して作った「干し飯」に、（有）フェアトレード（オルターカタログ2024年6月1週号参照）のセミスイートチョコレートチップカカオ55%をコーティングしたもので、原料は安全なオルター食材100%です。

28年たってもおいしい「干し飯」が開発のきっかけ

高見さんが作る干し飯は、それ自体とんでもなくおいしく、おやつや、防災備蓄品としておすすめできるもので、将来、原料確保の目途（原料に使う小さな小豆を栽培中）がつき次第、オルターカタログでご紹介する予定です。

「チョコ玄米」開発のきっかけは、この「干し飯」の開発でした。高見さん自らが阪神淡路大震災の直後に作り、茶筒に入れたまま忘れ、28年後に

棚の奥から見つけた「玄米の干し飯」がほとんど酸化もせず、おいしく食べられたことから、それを試食した知人たちから口々に作って販売してほしいとの声があがりました。

どうしてこの「玄米干し飯」が酸化しなかったのか、と皆で考え、「水が違う」からだろうという結論に至りました。クリーニングに使っている洗浄力のある還元水で炊飯したことがその理由だと考えました。

この、長期保存が効き、非常食、備蓄食、防災食として優れたムーさんの「玄米干し飯」については国の補助金の対象として認められるというおまけまでついてます。

チョコレート技術も一流に

この「干し飯」の開発の中で、この「干し飯」はそれ自体、防災食として価値がもちろんあるが、このサクサク感はチョコレートとコラボしたら絶対おいしいクランチチョコになると私が確信し、「チョコ玄米」の開発を高見さんに打診しました。以来、高見さんが「チョコ玄米」の開発に向かうことになりました。

チョコレートの品質を大きく決めることにテンパリングがあります。温度管理がうまくいかないと、表面に白い模様（ブルーム）ができ、味にも大きく影響します。当初チョコレートの素人だっ



食品工房 無有の高見 明美さん

た高見さんにとってこのテンパリングが大きな壁になりました。一度は絶望的と思われたことがありましたが、生来の負けん気でその壁を乗り越えられました。有名店で20年、独立してから25年、合わせて職人歴45年にもなるチョコレートプロにも師事し、合格点をつけられました。

結果、「最高品質」「究極」「絶品」と評すべき最高級のクランチチョコが誕生しました。高見さんの手作りの「チョコ玄米」を食べて幸せなひとときを是非お楽しみください。

美容や健康におすすめのチョコレート

チョコレートには高血糖、高血圧、脂質異常症などの改善効果が知られており、美容や健康に良い食べ物です。中身は農薬不使用の玄米、もちろん玄米は発芽モード®で炊いています。コーティングはオーガニックのチョコレート、カロリー的にも栄養的にも理想のお菓子。甘さ控えめで、農薬の心配のないオルターのチョコ玄米は罪悪感が少ないおすすめのお菓子です。

チョコ玄米が雇用を守る

一見クリーニングとお菓子作りはミスマッチだと思う人がいるかもしれませんが、しかし、高見さんはクリーニングには繁忙期と比較的暇なときがあり、働き手のパートさんの雇用を守るためには、クリーニングの仕事の少ない時でも働いてもらえる仕事があることは大きな助けになると考えられています。



食品工房 無有の オルターのチョコ玄米

●原料

チョコレート フェアトレードディング
セミスイートチョコレートチップ カカオ55%
有機砂糖 ☆☆☆ Manduvira (パラグアイ産)
カカオマス ☆☆☆ Machu Pichu Foods (ペルー産)
カカオバター ☆☆☆ Machu Pichu Foods (ペルー産)
※詳しくはオルターカタログ2024年6月1週号参照
玄米 山本開拓農場(秋田県)土橋敏郎
農薬不使用玄米 ☆☆☆
※拙著「あなたのいのちを守る安全な食べもの百科②」p.36参照
食塩 赤穂化成 赤穂の天塩
エキストラバージンオリーブオイル グレネリー

●製造工程

- 1 玄米を研ぐ
- 2 玄米 12時間浸漬
- 3 炊く
- 4 蒸らす
- 5 乾燥
- 6 細かく潰す
- 7 放冷
- 8 炒る
- 9 放冷
- 10 チョコレートテンパリング
- 11 チョコレート、玄米混合
- 12 成形
- 13 冷蔵
- 14 検品
- 15 計量
- 16 包装