



# ほんものを たべよう A

Alter Weekly Order Catalogue

2026.1月5週号

提出日	1/ 火 水 木 金
20 21 22 23	
配達日	1/ 火 水 木 金
27 28 29 30	
翌々週分配達日	2/ 火 水 木 金
3 4 5 6	

## 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

# おいしい仲間が続々

手づくりの味に、まごころをこめて

## 特定非営利活動法人 吉野コスモス会

文責 弓場 孝志(特定非営利活動法人 吉野コスモス会) 監修 西川 榮郎

### 安全な原料で次々と寿司を開発

私たち奈良県大淀町の特定非営利活動法人吉野コスモス会(竹林祐理事長)は、安全なオルター食材100%を原料に、オルターオリジナル仕様の「柿の葉ずしサバ」「柿の葉ずしサーモン」「炙りサバ寿司」「鶏照り親子の巻き寿司」「牛しぐれきんぴら巻き寿司」「にっこりいなり」「にっこりのり巻き」などの寿司を作っています。いずれもたいへんおいしく、すばらしい出来栄えです。オルター会員の皆さんに「おいしい!」と喜んでいただいているです。

### 煮豚

「煮豚」が生まれたきっかけは、当会料理長・榎井 雅司が約10年前、あるイベントで作ったラーメンにありました。スープもチャーシューもすべて手づくり。味わった方々から大好評をいただいたその一杯の記憶が、今回の新製品へとつながりました。「ラーメンのチャーシューだけでも食べてみたい」そんな職員の一言から、オルターの素材を使った煮豚の試作が始まりました。試作1号から驚くほどの出来栄えで、「これはぜひ会員

の皆さんにも」と開発が進行。オルター西川代表の試食を経て、「開けたら使い切れる量が良い」という会員目線の声を受け、70gから40gに調整。こうして、味・使いやすさともに納得の「煮豚40g」が誕生しました。

### いなり巻・干瓢巻

「新しい巻きずしのかたちを」という想いから生まれた細巻シリーズ。第一弾は、いなり巻と干瓢巻です。いなり巻は、料理長が前職で作っていた人気製品がヒント。いなり寿司で使っている寿司あげのやさしい甘みに、きゅうりの食感とマヨネーズの隠し味が調和した、新しい味わいの細巻です。

対照的に干瓢巻は、細巻きの“王道”をめざしました。栃木県産の良い干瓢を、出汁と薄口醤油、砂糖で丁寧に炊き上げ、素材の旨みをそのまま生かした素朴でまっすぐな一本です。

### 柿の葉ずし(炙り鯛)

当会の看板商品「柿の葉ずし」に、新たに上

品さを添えました。鯛の表面を香ばしく炙り、作業前にすだちの果汁をふりかけることで、葉をめくった瞬間にふわりと広がるすだちの香り。高級感と爽やかさが調和した、贅沢なひと口です。

### 柿の葉ずし(椎茸)

「魚を使わない柿の葉ずしがあってもいいのは」そんな発想から生まれたのが、この椎茸の柿の葉ずし。巻きずしで使っている椎茸煮をもとに試作しましたが、当初は味が濃すぎて合わず、試行錯誤の日々。調味を一から見直し、ようやくたどり着いたのは、椎茸の旨みを生かしながらも上品に仕上げた“柿の葉ずし専用”的椎茸煮。魚が苦手な方にも楽しんでいただける、やさしい味わいの新しい柿の葉ずしができました。手づくりの工夫と想いから生まれた新しいおいしさ。

どれも、素材と向き合い、食べる人を想って生まれた自信作です。

ぜひ食卓で、そのやさしさを味わってください。



吉野コスモス会の皆さん

## 吉野コスモス会の新登場煮豚とお寿司



### 煮豚

<原料>  
豚肉、酒、有機醤油、有機砂糖、しょうが、ねぎ、にんにく



### 柿の葉ずし(炙り鯛)

<原料>  
米、鯛、有機砂糖、米酢、食塩、すだち果汁、昆布、柿の葉



### 柿の葉ずし(椎茸)

<原料>  
米、有機砂糖、米酢、椎茸、有機醤油、食塩、昆布、柿の葉



### いなり巻

<原料>  
米、あげ、きゅうり、米酢、有機砂糖、マヨネーズ、のり、食塩、有機醤油、昆布、鰹節



### 干瓢巻

<原料>  
米、米酢、有機砂糖、のり、かんぴょう、食塩、淡口醤油、昆布、鰹節

米…農薬不使用栽培白米 高生連 ☆☆☆ ND  
真鯛のフィーレ…(有)平田水産 ND (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科② p.194参照)  
有機砂糖…Usina Sao Francisco S/A (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科④ p.78参照)  
富士酢…飯尾醸造 ND (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科 p.161参照)  
赤穂の天塩…赤穂化成  
すだち果汁…阪東食品 (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科 p.164参照)  
昆布…安孫子佐保子 ND (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科④ p.73参照)  
乾燥椎茸…青木林産園 ☆☆ (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科② p.132参照)  
有機醤油…(株)ヤマヒサ ND (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科④ p.106参照)  
すしあげ…太子屋 (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科④ p.200参照)  
きゅうり…當麻有機の会 ☆☆☆ (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科④ p.30参照)  
マヨネーズ…(有)カンナンファーム (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科② p.177参照)  
鰹節…森田鰹節 ND  
のり…岩崎食品(株) ND (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科② p.221参照)  
かんぴょう…(株)ムソー ND  
淡口醤油…(株)かめびし (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科 p.153参照)  
豚バラ…TONTON ND (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科 p.77参照)  
和蔵の稔り…仁井田本家 ND  
しょうが…四万十生産グループ ☆☆☆  
長ネギ…二本松有機農研 ☆☆☆ ND  
にんにく…ヤマサ有機農園 ☆☆☆ (あなたのいのちを守る安全なたべもの百科④ p.27参照)