



ほんものを たべよう

Alter Weekly Order Catalogue

2020.8月1週号

提出日	7/	火	水	木	金
	28	29	30	31	
配達日	8/	火	水	木	金
	4	5	6	7	
翌々週分配達日	8/	火	水	木	金
	11	12	13	14	

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。

加工品 PROCESSED FOODS

梅本さんの野菜を使った 高級フレンチ惣菜登場

旬のオーガニック野菜たっぷりのプロの味

ビオ・ラビッツ (株)

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)

ほとんど自然栽培

京都府京丹後市の梅本農場「てんとうむし畑のオーガニックおやさい」の梅本 修さんは、農薬・化学肥料を使わない低投入型の有機農業で、年間150種類以上の野菜を栽培しています。その野菜セットはオルター人気No.1です。

肥料として、自家製刈草堆肥、河川敷の刈草を活用、落ち葉、もみ殻、刈草、自家製ぼかし、自家製EM発酵液、海水を使っています。

米ぬか、糖蜜(EM)を使っていますので、有機栽培となりますが、ほとんど自然栽培といってもよいレベルです。

使用している種子は自家採種30%、購入固定種、購入在来種、購入育成種は50%。種の交換で入手しています。

購入F1種子の使用は20%程度で、雄性不稔の種子の使用は0%です。

梅本農場についてはオルターカタログ2011年5月2週号において詳しく説明しています。

旬のオーガニック野菜で加工品作り

梅本農場は2020年4月から「ビオ・ラビッツ(株)」に組織変更し、これまでの野菜の栽培に加えて、新たに加工製造を行う野菜工房を新設し、「Organic Cafe てんとうむし畑」を開設しました。

野菜工房では、梅本農場でつくったいろいろな野菜を活かし、オルターの調味料などを使って、オルター仕様の安全な「旬野菜ドレッシング」「季節の野菜ポタージュ」「旬野菜のケーキ

サレ」ほか、様々な惣菜を製造していきます。

「Organic Cafe てんとうむし畑」では野菜たっぷりのランチや野菜スープが楽しめます。旬の野菜や加工品、野菜たっぷりの惣菜やお弁当などがテイクアウトできます。

プロが作る感動のテイスト

「ビオ・ラビッツ(株)」のオーガニック加工所に参加するのは、地元のフレンチシェフ、「ビオ対馬」の対馬 則昭さんです。

次々に変わる旬の野菜を使って季節感あふれる「今しか味わえない」製品作りに取り組みます。プロならではのアイデアを駆使し、サプライズもテイストのうちと、丹後の良さを食で引き出します。おいしさと感動をお届けするのが自分の仕事とおっしゃっています。

おかずケーキ、ケーキサレ

今回ご紹介するのは旬のオーガニック野菜でできたケーキサレ1種類、ドレッシング2種類、ポタージュ3種類です。全て手作りで。



ケーキサレとはフランスの家庭から伝わった、甘くないおかずケーキです。「サレ」とは塩の意味です。野菜、炭水化物、たんぱく質がバランス良く手軽に取れ



ビオ・ラビッツ(株)の梅本 修さん(写真④)とビオ対馬の対馬 則昭シェフ

るおかずです。忙しい時、疲れた時でも、栄養のあるおかずを磁性鍋で温めるだけで食べることができます。

ぜいたくな味、ドレッシング

ドレッシングは旬のオーガニック野菜をぜいたくに使用し、濃厚な仕上がりにしています。野菜の抽出物には使いません。野菜の甘味を引き出しています。

素材の良さをできるだけ引き出すために、野菜ごとに調理を工夫し、変えています。

このドレッシングは「酸味が特徴」です。油のしつこさを酸味が消しますので、炒めた肉やフライものにもソース代わりに使えます。



野菜ポタージュベース

ポタージュは旬ごとの野菜をたっぷり使い、季節感があふれています。調味料もオルター仕様です。

プロのシェフが手作りで仕上げた濃厚な野菜ポタージュベースです。各家庭のお好みで、牛乳や生クリームまたはダシ汁でのばしてください。またジャムの代わりやソースとして様々な料理にも使えます。滋養たっぷりのスープは、介護食にも喜ばれます。



ビオ・ラビッツ(株)のお惣菜

有機野菜のケーキサレ

- 〈原料〉
 有機野菜 梅本農場 有機野菜 6~8種
 たまご 芦田ポトリ
 米粉 梅本農場
 シュレッドチーズ よつ葉乳業
 無塩バター よつ葉乳業
 菜種油 米澤製油
 重曹 木曾路物産
 食塩 赤穂化成
 有機純米酢 河原酢造

ノンオイルたまねぎドレッシング

- 〈原料〉
 玉ねぎ 梅本農場 有機玉ねぎ

- 有機純米酢 河原酢造
 グレイニズムパウダー グレイズ・イニシアティブ
 種子島甘藷分蜜糖 新光糖業
 食塩 赤穂化成
 コショウ エヌ・ハーベスト 有機黒コショウ

ノンオイルトマトドレッシング

- 〈原料〉
 トマト 梅本農場 有機トマト
 有機純米酢 河原酢造
 グレイニズムパウダー グレイズ・イニシアティブ
 種子島甘藷分蜜糖 新光糖業
 食塩 赤穂化成
 コショウ エヌ・ハーベスト 有機白コショウ

オーガニック野菜のポタージュ

●コーン

- 〈原料〉
 どうもろこし 梅本農場 有機どうもろこし
 菜種油 米澤製油
 自家製チキンコンソメ (芦田ポトリの鶏がら・梅本農場野菜・赤穂化成の天塩)
 食塩 赤穂化成

●トマト

- 〈原料〉
 トマト 梅本農場 有機トマト(以下同上)

●モロヘイヤ

- 〈原料〉
 モロヘイヤ 梅本農場 有機モロヘイヤ(以下同上)