



# ほんものを たべよう

Alter Weekly Order Catalogue

2014. 11月1 週号

提出日	10/ 火	水	木	金
	28	29	30	31
配達日	11/ 火	水	木	金
	4	5	6	7
翌々週配達日	11/ 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。

## おせち OSECHI

# オルター食材100%のおせち、 できました

味、見栄えも素晴らしい出来栄です。

## 特定非営利活動法人 吉野コスモス会

文責 西川 榮郎(NPO 安全な食べ物のネットワーク オルター 代表)

### 種類豊富、味抜群、見栄えも文句なし

柿の葉ずしでおなじみの、特定非営利活動法人吉野コスモス会(理事長 山方 通夫さん)はオルター食材100%でオルターオリジナルのおせち料理を作りました。今年の年末にお届けできます。

「伊達巻」「黒豆」「田作り」「なます」「海老の旨煮」「サーモンの昆布巻」「サバのきずし」「豚の角煮」「鶏の照り焼き」「ぶり照り焼き」「たこの柔らか煮」「高野豆腐」「銀杏の松葉添え」「鶏の八幡巻」「2色たまご」「煮しめ(里芋、椎茸、れんこん、いんげん、人参、ごぼうなど)」など種類も豊富で、セットもあります。セットには「紅白かまぼこ(吉開のかまぼこ)」「数の子(狩野水産)」も入ります。

いずれも原料は100%オルター食材で、安全安心であることはもちろん、味も抜群で、見栄えもたいへん美しく、文句なしの出来栄です。

### オルターの長年の懸案を実現

これまで吉野コスモス会は、オルターとの共同開発で「昔づくり柿の葉ずし」(オルターカタログ2009年8月1週号)、「柿の葉サーモン、巻寿司、いなり寿司」(2011年12月5週号)、「冷凍野菜、惣菜」(2014年2月3週号)、「油で揚げない

鶏から揚げ「おるたっきー」(2014年7月4週号)と、いずれも絶品の優れた製品の開発を進めてきました。そして今回はオルターにとって長年の懸案事項だったオルター仕様の文句なしのおせちを完成させるという快挙を実現されました。

### 価値ある仕事場

吉野コスモス会は2013年に本格的な製造工場「うる工房」を完成させています。施設としても衛生的で機能的にも優れたものですが、何よりも働く障がい者にとって「それまでの“作業”から、責任と生き甲斐のある“仕事”になった」という価値ある仕事場となりました。

### 吉野コスモス会の奇跡

オルター通信1323号の記事「吉野コスモス会の奇跡」でご報告させていただいたように、吉野コスモス会では働くメンバーさんの方々の給料が、それまで月額1万円程度だったものが、昨年の12月には月額4万円になりました。そのため「メンバーさんの目がキラキラと輝き、本当に喜んでいることが伝わってくる。仕事への取り組みもたいへん積極的になった」「こんなに給料もらったのは初めて、生きてよかった」「生まれて初めて美容室の予約を入れた」



吉野コスモス会のみなさん  
(9月27日開催のオルターフェスティバルイベントブースにて)

「生まれて初めてクリスマスケーキを買う」「もうしんどいから働かないと言ったけどやっぱり働く」「月1度のスーパー銭湯が唯一の楽しみだったけど、ランチも付けられる」「貯金をして来年旅行ができるように仕事を頑張る」「もっと丁寧に仕事をして皆に喜んでもらえるようにしたい」「僕たちは価値ある仕事をしている。僕が休むと皆が困るから休まない」等と喜びの声が上りました。

オルターとしてはさらに月額を6~10万円を目標にし、障がい者年金と合わせれば障がい者の方々の方々の自立が実現できるよう支援を続けていきたいと思っています。

### にっこり笑顔の連鎖

すでにこの吉野コスモス会の奇跡は、国内の福祉関係者の中で大きな話題となり、次々に見学者が押し寄せてきています。福祉作業所の成功例として注目されています。また就労したいという障がい者の声も多くなっています。その原因は、吉野コスモス会のメンバーが、各種の交流イベントなどで出会う障がい者の方々とうちに出来ないかと誘っているからなのだそうです。オルター会員の皆様の応援があれば、この笑顔の輪はさらに広がっていきます。

吉野コスモス会が作る安全でおいしい食べものを私たちが食べることが、こんなに素敵な世界を実現していくのです。

## 吉野コスモス会のオルター食材100%のおせち



※写真は盛りつけ例です。

### 海老の旨煮

●原料  
海老 / 料理酒 / みりん  
醤油 / 砂糖 / しょうが  
昆布 / 鰹節

### たこの柔らか煮

●原料  
たこ / 砂糖 / 料理酒  
みりん / 醤油

### 田作り

●原料  
いりこ / 砂糖 / みりん  
料理酒 / 醤油 / 菜種油

### 伊達巻

●原料  
たまご / 平天 / 砂糖  
みりん / 塩

### 黒豆

●原料  
黒豆 / 砂糖 / 醤油 / 塩  
重曹

### サバのきずし

●原料  
サバ / 酢 / 塩 / 砂糖  
すだち酢 / 昆布

### 鶏もも肉の照り焼き

●原料  
鶏もも肉 / 料理酒 / みりん / 醤油  
砂糖

●製造方法  
油を一切使っていません。  
自然解凍可能、  
お弁当惣菜としても大活躍。

### なます

●原料  
大根 / 人参 / 酢 / 砂糖 / 塩  
ごま / すだち酢

### 豚の角煮

●原料  
豚 / 醤油 / 料理酒 / みりん  
砂糖 / しょうが / にんにく

### サーモンの昆布巻

●原料  
昆布 / サケ / 醤油 / みりん  
料理酒 / 砂糖 / かんぴょう / 塩  
鰹節

### 2色たまご

●原料  
たまご / 砂糖 / 塩

### ぶり照り焼き

●原料  
ぶり / 醤油 / 料理酒 / みりん  
砂糖

### 鶏の八幡巻

●原料  
鶏肉 / 人参 / ごぼう  
インゲン / 醤油 / みりん  
料理酒 / 砂糖 / 米粉 / 酢

### 銀杏の松葉添え

●原料  
銀杏 / 塩

### 煮しめ / 高野豆腐

●原料  
高野豆腐 / 醤油 / 砂糖 / 塩 / 料理酒  
みりん / 鰹節 / 昆布

### 煮しめ / 里芋

●原料  
里芋 / 醤油 / 砂糖 / 塩 / 料理酒 / みりん  
昆布 / 米 / 米の研ぎ汁 里芋の下茹でに使用

### 煮しめ / いんげん

●原料  
いんげん / 醤油 / 砂糖 / 塩 / 料理酒  
みりん / 鰹節 / 昆布

### 煮しめ / 蓮根

●原料  
レンコン / 醤油 / 砂糖 / 料理酒 / みりん  
酢 / 鰹節 / 昆布

### 煮しめ / 椎茸

●原料  
椎茸 / 醤油 / 砂糖 / 料理酒 / みりん

### 煮しめ / ごぼう

●原料  
ごぼう / 醤油 / 砂糖 / 料理酒 / みりん / 酢  
鰹節 / 昆布

### 煮しめ / 人参

●原料  
人参 / 醤油 / 砂糖 / 料理酒 / みりん  
鰹節 / 昆布

- 海老……………銀岳(北海道) [ND]
- たこ……………丸友しまか(岩手県) [ND]
- サバ……………丸友しまか(岩手県) [ND]
- サケ……………標津漁協(北海道) [ND]
- ぶり……………平田水産(徳島県)
- 豚……………TONTON(和歌山県) [ND]
- 鶏もも肉……………米沢郷牧場(山形県) [ND]
- たまご……………近藤養鶏場(兵庫県) [ND]
- しょうが……………四万十生産グループ(高知県) [☆☆☆]
- 黒豆……………農村を考える会(北海道) [☆☆☆] [ND]
- 銀杏……………高生連(高知県) [☆☆☆]
- 里芋……………くもと有機の会(熊本県) [☆☆☆]
- 大根……………當麻有機の会(奈良県) [☆☆☆]
- 人参……………内海農園(北海道) [☆☆]
- にんにく……………梅本農場(東京都) [☆☆☆] [ND]
- ※冷凍にんにく使用の場合、その他生産者になる可能性あり。いずれも☆☆☆です。
- ごぼう……………津軽産直組合(青森県) [☆☆☆]
- インゲン……………長有研(長崎県) [☆☆]
- レンコン……………田村農園(徳島県) [☆☆]
- また水の子会(熊本県) [☆☆]
- 椎茸……………松田椎茸園(奈良県) [☆☆] [ND]
- 高野豆腐……………信濃雲(長野県) [ND]
- かんぴょう……………ムソー(栃木県) [ND]
- 平天……………岡久蒲鉾店(徳島県)
- ごま……………鹿北製油(鹿児島県)
- 料理酒……………大木代吉本店(福岡県) [ND]
- みりん……………角谷文治郎商店(愛知県)
- 醤油……………かめびし醤油(香川県)
- 塩……………赤穂化成(兵庫県)
- 砂糖……………甘蔗分蜜糖 新光製糖(鹿児島県)
- 昆布……………安孫子佐保子(北海道) [ND]
- 鰹節……………森田鰹節(高知県) [ND]
- 重曹……………木曾路物産(中国内モンゴル)
- 酢……………飯尾醸造(京都府) [ND]
- すだち酢……………小阪次郎(徳島県) [☆☆] [ND]
- いりこ……………ハンタレ(福岡県) [ND]
- 菜種油……………鹿北製油(鹿児島県)
- 米粉……………土佐れいほく農協(高知県) [☆☆]

別紙チラシで、吉野コスモス会のオルター食材100%のおせち(セットと単品)をご紹介します。