



ほんものを たべよう

| | |
|---------|----------------|
| 提出日 | 8/ 14 15 16 17 |
| 配達日 | 8/ 21 22 23 24 |
| 翌々週分配達日 | 8/ 28 29 30 31 |

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。

Alter Weekly Order Catalogue

2012.8月4週号

米・雑穀スイーツ GRAIN SWEETS

発芽モード®技術で作る 米・雑穀スイーツ

無農薬の雑穀を原料に画期的な技術で作るおいしくて安全なスイーツ。



白鷹農産加工研究会のみなさん

白鷹農産加工研究会 / NPO法人グレインズイニシアティブ

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)

ヘルシースイーツ

オルターの雑穀などの生産者である白鷹農産加工研究会と、オルターの山本朝子顧問が代表理事を務めるNPO法人グレインズイニシアティブは、無農薬で栽培した、あわ、きび、高きび、ひえなどの雑穀と米などを原料に、画期的な発芽モード®特許技術を使って、マフィンやホットケーキ、ムースなどのおいしくてヘルシーなスイーツシリーズを開発しました。

農薬汚染の心配のある雑穀や小麦粉などの原料や、エサに輸入穀物や飼料添加物の使われているたまごや乳製品、添加物、トランス脂肪酸などを使っていませんので、アトピー、食物アレルギーの子ども達にも安心です。また、雑穀は、アミノ酸の組成が充実し、良質の不飽和脂肪酸、ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富で、成長期の子ども達にも役立ちます。

無農薬の雑穀栽培

白鷹農産加工研究会の鈴木雄一さんらは、私たちオルターの要請に応じて、無農薬で雑穀を栽培しています。詳しくは拙書「あなたのいのちを守る 安全な食べもの百科」P31をご参照ください。

巷には中国産の雑穀があふれています。その中国産を国産と称して偽装している雑穀もあります。そして、たとえ国産であっても農薬を使いたいゆる慣行栽培の雑穀がほとんどで、日本国内ではまともな雑穀が手に入らないというのがオルターの現状認識でした。白鷹での無農薬の雑穀づくりは、この現状に対して風穴を開ける取り組みです。

完全無農薬栽培を行うため、鈴木さんらは、山際に放置された栽培放棄地の手ごわい雑草を、あるいは灌木を取り払い、石を手で一つつ取り除く、気の遠くなるような作業に取り掛かりました。この取り組みは多くの現地の人々を巻き込み、確実に前進し、収穫量も増えてきています。私たちにとって、本当に安心できる雑穀を手に入れる時代の幕が開いてきたのです。また、白鷹農産加工研究会では、無農薬での雑穀栽培を始めると同時に、早い段階から、この雑穀を生かした加工品作りにもチャレンジしてきました。

放射能との戦い

ところが、昨年、3・11福島原発事故が起こり、放射能汚染が山形県白鷹町にも及んだのではないかと、たいへん心配しました。幸いにも高い奥羽山脈の山々に守られ、現在のところは検出限界1 Bq/kgの検査ですべてND(不検出)です。

放射能汚染の詳細がわからなかった段階では、放射能に汚染された場合、この加工事業は生産者を守る事業として大きな意味を持つといえます。たとえば、放射能汚染の心配のない農産物での農産加工を依頼すれば生産者を支援できると考え、開発を急いだ経緯もありました。

白鷹の雑穀が、放射能汚染から事なきを得た現在、この事業は地元の安全な雑穀を使ってより付加価値の高い農産加工を行い、地域の活性化に寄与するという本来の農産加工の意味に戻りました。

画期的な特許技術「発芽モード®」

山本朝子顧問の発芽モード®特許技術(2011年6月24日特許認可)は、玄米、雑穀に含まれる発芽抑制因子ABA(ミトコンドリア毒・発芽毒)を浸水して無害化すれば、ABAなどの発芽毒が介助されるだけでなく、劇的に栄養評価を高め、さらに、ミキサーやスピードカッターなどで粉砕が容易になることで、小麦粉に代わって簡単、便利に使用できるというものです。

伝統的に受け継がれてきた穀物の調理法「炊飯前最低半日の浸水作業」は、穀物が持つ、「自らを守る毒＝発芽毒＝植物性ホルモンアブシジン酸」を無害化するとともに、種子の中でフィチン酸が強力にミネラルをキレートする状態を解除、フィチン酸に本来のビタミンB群の一種としての効果(抗腫瘍効果、抗酸化作用)を発揮させることができるようにする、人知を尽くした手法であったのです。この手法は「潤(うる)かす」といい、文化伝統として穀物や栃の実のような木の実を食べる人々によって受け継がれてきたものです。

また、食物アレルギーの人たちがさらされている「必要栄養素摂取の困難」という状況を、発芽モード®穀物は見事に打破します。神経伝達機能に働くといわれるγ-アミノ酪酸(ギャバ)の増加、アミラーゼ活性による粒中での多糖類から二糖マルトースへの事前消化、アレルギー蛋白の低減化によるアミノ酸組成の良質化、PSG(発芽米ステロール配糖体)による中性脂肪

の低減化、セロトニン活性、母乳中の免疫成分を増やすなどの種々の栄養価サポートは枚挙にいとまなしです。もちろん、発芽モード®以前にも、もともと未精白穀物が「ヌカ」の部分に持っている、不飽和脂肪酸、豊富なミネラル、ビタミン(特にビタミンB群)、ポリフェノールに代表される様々なファイトケミカルの豊富さ、食物繊維の豊富さによって、総体的に生体代謝機能の促進が期待できることはいまでもありません。発芽モード®穀物のミキサー調理は、毒を消しながら、栄養価の高い状態を、簡単な調理で健康を願う人たちに届ける、願ってもない手法です。

健康食で日本中をいっぱい

この発芽モード®特許技術を駆使し、安全安心な無農薬の雑穀を原料に、今回はスイーツを開発しましたが、この応用は、パン、ケーキ、プリンやムース、たこ焼き、お好み焼き、コロッケや、グラタン、ピザなどと無限の可能性を秘めています。

これから先も、白鷹農産加工研究会は、未精白穀物をベースに日本人の体質に合う伝統的食材を使って、特許製法とグレインCC®Cooking(文化創造に溢れる食卓)ノウハウを駆使したケチャップ、ピザソース、トンカツソース、マヨネーズ、ドレッシング類、ジャム類、あるいは、カレールー、トマトシチュールー、ブラウンシチュールー、クリームシチュールーなどの調味料や調理補助材料、また、オルターの良質な小麦粉と穀物の重湯であるグレインミルクを併用したスイーツや糖質制限を受けた人にも食べることのできる大豆ケーキやソイバー(特許申請準備中)なども一般の人がおいしく食べることのできる品ものとして製造していくことになります。

すでにオルターのパン生産者・アルペンローゼ白庭店で展開されているNPO法人グレインズイニシアティブ提案のグレインミルクカフェは、その原材料の製造を白鷹農産加工研究会が受け持ち、遠くない将来、オルターの安全な食材のみで展開するファストフードショップ「グレインミルクカフェ」として日本中に知られるようになっていくはず。近日中に持尾の里に創設されるオルターの新流通センターを中心に、オルターな仲間たちが作り出す究極の健康食の全国展開がすぐそこまで来ています。

この開発、研究に対し、山形県から補助事業としての認定もされています。

白鷹農産加工研究会 朝子さんのおいしい食卓series [米・雑穀スイーツ]

●原料

あわ、きび、高きび、ひえ、ゆきひかり、黒米、にんじん、かぼちゃ、干し柿
……………白鷹農産加工研究会 無農薬栽培
大豆……………渡部信一さん(北海道)
バナナ……………ATJのバラゴンバナナ(カタログ2011年4月2週号参照)
レモン汁 ……熊野鼓動の熊野れもん 砂糖……………種子島甘蔗分蜜糖

●製造工程

米、雑穀は浸水して発芽モード®にしてミキサー調理。
詳しくは山本朝子著「ミキサーで作る発芽モード玄米・雑穀レシピ」参照

市販の雑穀食品の 問題点

最近健康ブームで雑穀がもてはやされてきています。しかしそれらの雑穀はほとんどが中国産です。中国産を国産と偽っている偽造品も多く出回っています。本当に国産でも農薬を使用したものがほとんどです。

雑穀を加工に使う場合、原料の農薬汚染の他に、発芽抑制因子ABA(発芽毒・ミトコンドリア毒)も問題になります。浸水などをしてその毒を解除しないまま食べるのは有害です。その雑穀が乾燥機などで高温処理され、既に死んでいる場合はもはや、浸水しても発芽毒は解除できません。また、副材料などのポストハーベスト農薬などの問題も心配です。雑穀＝ヘルシーとは簡単にいえないのです。