



# ほんものを たべよう

Alter Weekly Order Catalogue

2010.1月2週号

提出日	12/火	水	木	金
	22	23	24	25
配達日	1/火	水	木	金
	5	6	7	8
翌々週配達日	1/火	水	木	金
	12	13	14	15

### 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、チェルノブイリ放射能汚染、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。

## パン BREAD

# 石窯のあるパン屋さん

オルターとの共同開発で、安全な素材を使い、おいしいパンをお届けします。

## アルペンローゼ

文責 西川 栄郎(NPO 安全な食べものネットワーク オルター 代表)



坂本輝雄代表ご夫婦

### 発芽モード玄米も使用

奈良市にあるアルペンローゼは、たいへんおいしいパンを焼くと評判のパン屋さんです。レストランもあるお店はおしゃれで、訪れるお客様を楽しませています。

アルペンローゼには、2008年にフランスから取り寄せた耐熱レンガ20トンで作り上げたこだわりの石窯があります。薪を燃料にしています。この石窯や、レンガを入れて石窯と同じように遠赤外線効果を持たせた電気窯をフル稼働して、オルターのパンを焼いていただけることになりました。レンガ窯を薪で燃やして熱源としますので、遠赤外線効果と輻射熱効果により、中はもっちり、外はパリッとしたパンが焼き上がります。

この「グレインミルク丹沢酵母食パン」と名付けたオルター仕様の食パンは、オルターの山本朝子副代表の特許レシピ、発芽モード玄米ミルクを国内で初めて使って

います。食パン以外にも、オルターが原材料を吟味した安全安心なパンを次々とさらに開発していただこうと考えています。

また、オルターとの共同開発でアルペンローゼ特製粒マスタードも生まれました。いずれもたいへんおいしく仕上がっています。

### おいしいパン作りを研究し続けています

アルペンローゼ坂本輝雄代表は、大学の農学部食品栄養学科を卒業し、ある大手のケーキ屋で商品管理の仕事をしていました。しかし製造現場に自分の提案がなかなか通らないこともあって、自分で納得できる製品づくりを目指しました。アルペンローゼを創業したのは1992年、輝雄代表が39歳の時です。

パンの修行は「よい食品を作る会」に参加している有

名パン屋で2年行いました。どうしたらおいしいパンが焼けるか、持ち前の研究熱心さでチャレンジを続けています。天然酵母パンに取り組み、ホシノ酵母の展示会に使われるまでになりました。よりよい天然酵母菌はないかとの研究も怠りません。石窯導入など道具にこだわり、パーソナル・ベーキングなどいかにおいしく焼き上げるかの技術にも工夫をしています。

息子の坂本大樹さんも輝雄さんと同じ大学で発酵学を学び、現在一緒に働いています。現在はパン10人、レストラン6人の体制で、近鉄に駅店2軒を展開しています。

オルターへのご紹介はエンバランスのホワイトマックスの増本真紀子さんと、たまごのタナカファーム田中成久さんとも懇意です。

## アルペンローゼの 石窯パン

### グレインミルク丹沢酵母食パン

#### ●原料

- 国産小麦 ..... 横山製粉のえぞしか(強力粉)
- 玄米ミルク種(天然酵母) ..... 原料は玄米ミルク(※)、国産小麦(えぞしか)、甘蔗分蜜糖、赤穂の天塩、ホシノ丹沢生種(ホシノ天然酵母)、水
- ※玄米ミルク ..... 山本朝子特許レシピ発芽モード玄米ミルク。玄米は滋賀県吉田農園の無農薬コシヒカリ(オルター基準☆☆☆)を使用
- 甘蔗分蜜糖 ..... 新光製糖(カタログ2000年4月1週号参照)
- 丹沢生種 ..... ホシノ天然酵母
- 塩 ..... 赤穂化成の赤穂の天塩(カタログ2000年4月4週号参照)
- レーズン ..... ネオファーム(カタログ1999年10月5週号参照)
- 黒煎り胡麻 ..... 和田萬・国産
- 水

#### ●製造工程

##### A・玄米ミルク、玄米ミルク種を作る

- 1 玄米を浸水して発芽モードにする
- 2 水とともにミキサーで粉砕
- 3 鍋に移して木べらでかき混ぜながら加熱して玄米ミルクにする
- 4 小麦、甘蔗分蜜糖、天塩、ホシノ天然酵母生種を混合させ、発酵・熟成して玄米ミルク種をつくる

##### B・本捏

- 1 原料の小麦粉、玄米ミルク種、甘蔗分蜜糖、玄米ミルク、塩、水、ゴマ、レーズンを混合する
- 2 ミキサーでミキシング
- 3 分割成型
- 4 石窯で焼成

### ●グレインミルクを使ったパンゆえの優位性

国産小麦、グレインミルク、天然酵母という最強の素材のもつ力を活かして、たいへんおいしいパンに仕上がっています。幾多の試行を繰り返してできあがりしました。石窯に薪を使って、中はもっちり、外はパリッが特徴です。グレインミルクを使うことで、牛乳、たまご、バターを使っていません。牛乳、たまごアレルギーの方に安心です。

グレインミルク食パンはそのままスライスしても、サンドイッチにしても、トーストしても、ジャムや蜂蜜をつけてもたいへんおいしく召し上がれます。和風のおかずにもよく合います。ぜひお試しください。



### 手作り粒マスタード

#### ●原料

- イエローマスタード ..... 向井珍味堂のカナダ産
- ブラウンマスタード ..... 向井珍味堂のカナダ産
- 白ワイン ..... 佐藤ぶどう酒の高島無添加まほろばワイン
- 酢 ..... 飯尾醸造の富士酢(食べもの百科161P参照)
- はちみつ ..... 山口養蜂園の百花蜜(カタログ2009年4月2週号参照)
- 粉からし ..... 向井珍味堂のカナダ産
- 塩 ..... 赤穂の天塩

※マスタードについては現在、山形県白鷹農産加工研究会にて無農薬の栽培をお願いしています。収穫されたら、使用できるかをテストした上で切り替える予定です。

#### ●製造工程

- 1 水洗いしたマスタードを白ワインに一晩漬け込む
- 2 マスタードの吸水をみながら、すり鉢で搗ったあとスピードカッターですりつぶす
- 3 すりつぶしたものに酢、はちみつ、塩、粉からしを混合する
- 4 計量・ビン詰

### ●特徴・おいしい召し上がり方

アルペンローゼで、フランスのディジョンマスタードをイメージして16年間作り続けてきたオリジナルレシピです。オルターの原料全面使用でバージョンアップし、安全性・品質も他の追随を許さない仕上がりとりました。粒マスタード独特のプチプチした食感をお楽しみください。ソーセージ、カナッペなどのオールドブル、サンドイッチなどにぴったりの味です。

## 市販の石窯パンの問題点

一般に石窯パンと謳っているパン屋でも、多くは窯の内部がステンレスであったり、燃料にガスが使われていることが多くあります。これでは遠赤外線効果や輻射熱効果が期待できません。その他のパンの問題点は「食べもの百科」P122を参照してください。



アルペンローゼ 外観