



# ほんものを たべよう

提出日	11/ 火	12/ 水	木	金
	30	1	2	3
配達日	12/ 火	水	木	金
	7	8	9	10
翌々週分配達日	12/ 火	水	木	金
	14	15	16	17

## 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。

Alter Weekly Order Catalogue

2010.12月2週号

## いりこ DRIED SARDINE

# 子どものおやつに最適 パリパリ焙煎いりこ

パリパリとした食感、香ばしさ、旨さ、カルシウムもいっぱい  
子どもも納得の味。

## 山下海産

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)

### 文句なしに美味しい

香川県観音寺市にある、山下海産の代表・山下公一さんは、地元 伊吹島産の「銀付いりこ」を使い、「パリパリ焙煎いりこ」を作っています。

市販の酸化したような「いりこ」から連想するものとは全く別物で、文句なしに旨い、パリパリした心地良い食感、香ばしさで、食べた人を幸せにする力があります。カルシウムも豊富で子どものおやつに最適です。

「パリパリ焙煎いりこ」は今年、「かがわ県産品コンクール」で最高賞の知事賞を受賞されました。

### 貴重な銀付いりこ

香川県伊吹島は燧灘(ひうちなだ)にあって、観音寺市の沖合いに浮ぶ島です。関西のいりこだしでは最も有名な産地です。その伊吹島産いりこの中でも最高級品といわれる「銀付いりこ」があります。

7月、岸近くにミズクラゲが発生します。そのクラゲの群れの中にカタクチイワシの群れが入り込み、クラゲと一緒にイワシが網に入って獲れることがあります。この時、クラゲがクッションとなって、網ずれして傷まず、きれいな肌の



イワシが「銀付イワシ」です。漁期は2週間くらいしかなく、超貴重なものです。見た目の美しさだけでなく、味がよいのです。なかでも中羽の銀付は身が柔らかく、一晩水に浸けなくても出汁(だし)がとれ、頭や腹をとる必要もなく最高です。

### 丁寧な手作業

山下公一さんは、この「銀付いりこ」を使って「パリパリ焙煎いりこ」を作っています。頭やワタを一尾ずつ手作業で実に丁寧に取り除きます。その後、専用の小さな直火釜を使い、ガスのホタル火でじっくり芯までしっかりと焙煎し、カリッと仕上げています。おやつ・お茶漬・酒のあて・サラダの具などに活用できます。

### いりこ文化を取り戻そう

山下海産は1887年(明治20年)創業の会社です。山下公一さんは5代目。Uターンして家業を継ぎました。元々いりこを扱う海産物卸問屋をしていましたが、世間のいりこ離れを受け、経営が圧迫され、2006年から製造メーカーへ転進しました。経営の危機にあった山下海産に展望を与



山下公一さん

えたのは私も尊敬する有名な料理研究家・辰巳芳子先生でした。辰巳先生は日本の食文化の荒廃に心を痛めておられ、とくに日本人が失ってしまった「だし文化」を取り戻す活動に尽力されています。

辰巳先生が良質な出汁(だし)が取れると山下海産のいりこを取り寄せておられたのが縁で、山下公一さんは辰巳先生の力を借りて、「辰巳式いりこだし 潮の宝」を開発しました。

「辰巳式いりこだし」は「銀付いりこ」を頭と胴に分け、さらに頭からエラ、胴から内臓を手作業で取り除き、香ばしさを出すために焙煎するのですが、胴と頭は火の通る時間が異なるので別々に煎り、高知産の原木干しいたけを加えて、ミキサーにかけて粉末にし、出来上がります。「パリパリ焙煎いりこ」は、この「辰巳式いりこだし」の製造工程から誕生しました。この「パリパリ焙煎いりこ」が日本人の食生活の原点ともいえるべき「いりこ文化」の復権のきっかけになることを祈ります。

## 山下海産の 銀付いりこ製品

### 銀付いりこ

いりこってこんなにおいしいものだったとは。いりこの常識が変わります。味にえぐみなく、苦くも生臭くありません。湯に放てば上品であっさりめのおいしいだしがとれます。

- 原料  
カタクチイワシ…伊吹漁協(ヤマサキ)  
食塩…さぬき並塩(株)日本海水  
(オルター評価△)  
食品添加物の使用なし。

- 製造工程  
大平水産などで製造。塩水で煮た後、温風乾燥

### パリパリ焙煎いりこ

- 原料  
カタクチイワシ、食塩(同上)

- 製造工程  
1 頭、ワタ除去 3 袋詰  
2 焙煎 4 金属探知

- 使い方  
そのままおやつとして。だし用に。せん切り大根と炊いたり、炊き込みごはんにも。ピザやサラダのトッピングに。

### パリパリ焙煎いりこ(一味)

- 原料  
カタクチイワシ、食塩(同左)、水あめ(現行品は水あめが暫定品です。近くオルター仕様に変更します。)、一味(国産)

- 製造工程  
同左、一味をつける工程あり

### 銀付いりこだしパック

- 原料  
カタクチイワシ、食塩(同左)、原木しいたけ(高知産)

- 製造工程  
1 いりこ部位別除去 3 椎茸調合 5 袋詰  
2 焙煎 4 粉碎 6 金属探知

### 干しいか

- 原料  
いか…いりこに混じって小さなイカが獲れます  
食塩(同左)

- 製造工程  
いりこと同じ。珍味です

### まめな小魚(白)

- 原料  
大豆(国産)、カタクチイワシ、食塩(同左)

- 製造工程  
焙煎済み大豆を「パリパリ焙煎いりこ」に調合

### まめな小魚(黒)

- 原料  
黒大豆(国産)、カタクチイワシ、食塩(同左)

- 製造工程  
同左



## 市販のいりこの問題点

(安全な食べもの百科 P.99参照)

一般には巻き網や棒受け網といった大量に漁獲する方法で原魚を獲っています。そのためどうしても魚体の損傷がおきてしまいます。加工工程も大型機械で行なっており、丁寧な扱いは困難です。大型設備を導入すると、脂のりなど魚の品質に目を配るような余裕もなく、どんどん獲ってどんどん加工するやり方とならざるを得ません。そのため、酸化を防ぐためにビタミンEなどの酸化防止剤の使用が不可欠になります。なかには薬品で脂抜きを行なっているケースもあるとのこと。その溶剤の詳細は不明です。昔は青白く光らせるために蛍光剤が使われたことがあります。今でも漂白剤を使用しているものもあります。漂白剤の使用は目が白くなっていることで分かります。