



ほんものを たべよう **B**

| | | | | | |
|---------|-----|----|----|----|---|
| 提出日 | 9/ | 火 | 水 | 木 | 金 |
| | 17 | 18 | 19 | 20 | |
| 配達日 | 9/ | 火 | 水 | 木 | 金 |
| | 24 | 25 | 26 | 27 | |
| 翌々週分配達日 | 10/ | 火 | 水 | 木 | 金 |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | |

2019.9月4週号

オルターの提案

- 本場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。

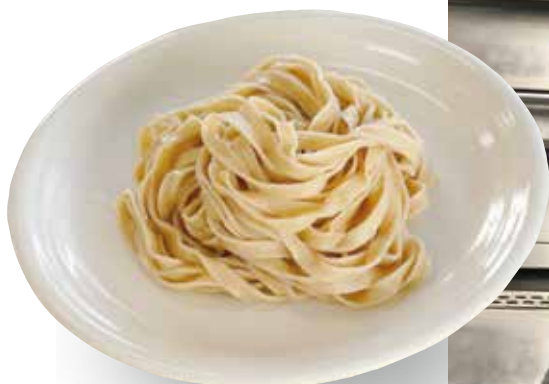
パスタ PASTA

古代小麦の生パスタ できました

麻薬様毒性の心配のない小麦粉のパスタです

小麦処 福みみ

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)



福みみの大西 正芳さん

オルターのグルテンフリーの取り組み

最近欧米において「グルテンフリー」が話題となっています。それは小麦の品種改良が進んだ結果、その現代の小麦粉のグルテン（タンパク質）に麻薬様毒性があることが分かったためです。小麦粉が精神病をはじめ、様々な現代病の原因となっています。品種改良のすすんだ現代の小麦粉の問題点は、オルターカタログ2018年11月5週号にて詳しく説明したとおりです。

この現代の小麦粉の問題を解決するために、オルターでは（1）小麦粉を省けるものは省く（2）米に代替する（3）難分解性の小麦グルテンをあらかじめ分解してから原料として使用する（4）品種改良前の小麦グルテンの危険性が低い古代小麦に戻す、という対策に取り組んでいます。

有機古代小麦の生パスタ

オルターカタログ2018年11月5週号でご紹介したように、和歌山県岩出市にある小麦処福みみの大西正芳さんは、アメリカで有機栽培した古代小麦「スペルト小麦」を使ってパンを焼いています。

その福みみの大西さんが、古代小麦製品の第2弾として「古代小麦生パスタ」を委託製造で作りました。委託製造先は淡路麺業（株）です。

古代小麦生パスタ（タリアテッレstyle）の原料は、アメリカ産有機古代小麦と塩と水だけです。平たいタイプで、冷凍でお届けします。

沸騰したお湯に生パスタを入れ、3分くらい茹でてください。その後お好みの硬さでお湯から出し、オイル系やクリーム系のソースと絡め、炒めてください。

麺自体にしっかりと小麦の味が感じられ、食べ進めると口の中に古代小麦の香り・味が広がります。その至福の味をお楽しみください。現代小麦の麺に比べて栄養価も高いです。

古代小麦の国産化を目指す

福みみの大西さんは和歌山県で古代小麦の作付を昨年から試んでいます。知り合いの農家数軒がこの趣旨に賛同し、今年2019年も作付していただきました。

そもそも古代小麦は、胚芽を包んでいる外皮が硬いため虫がつきにくく、自然農やオーガニック栽培に適しています。日本の梅雨をどう乗り越えるかが課題です。

農家の高齢化・離農などで耕作放棄地が増えていますので、古代小麦がそれらの対策に有効となるかもしれません。

古代小麦の収穫量が増えたときに、パン、おかし、うどん、パスタなどの古代小麦の受け皿作りが、今回の生パスタの取り組みの理由です。和歌山県産の古代小麦製品ができる日をめざして、海外有機の製品をまず取り組みます。



調理例：エビとトマトクリームパスタ



調理例：ボロネーゼ

小麦処 福みみの 古代小麦の生パスタ

●原料

有機スペルト小麦 …… アメリカ産（Central Milling社） **ND**
塩 …… 赤穂の天塩（カタログ2000年4月4週参照）

●製造方法

- | | |
|-------------|--------|
| 1 原材料計量 | 6 切り出し |
| 2 原材料混捏 | 7 計量 |
| 3 熟成 | 8 包装 |
| 4 生地押出 | 9 金属探知 |
| 5 冷却（15℃以下） | |