

new **竹鶏かわら版**

2009年3月号 (No.46)



お知らせ!
この度「竹鶏ファーム」のHPとブログ
をリニューアル致しましたので、そちら
の方も是非ご覧下さい。

「生きる力を未来につなぐふるさとをつくります」

春の陽気になったり、雪が降ったりと急な気温の変化に体が付いていけなくなっちゃいますね。体調管理には気をつけなきゃいけませんね。

～食は命と大地をつなぐ架け橋～

体に必要な栄養はたんぱく質だけではありません。脂肪も澱粉も、そしてその他の微量成分も私たちはすべて食べ物から取り入れています。牛肉の成分は牛が食べている草や穀物から来ているのです。草や穀物の中の蛋白質を取捨選択して牛の蛋白質に置き換えているのです。私たちは牛を通して食物の蛋白質を利用していることになります。

あなたは、植物と動物をどう区別しますか、と聞かれたらどう答えますか。一応専門家の間では植物は光合成活動をして有機物を自分で合成できますが、動物は他の生物を食べて栄養としている、と定義しているのです。動物は自分で栄養を作ることができず、植物が作ってくれた栄養を横取りして生きているのです。動物とは原始の昔に、葉緑体を失った植物を起源として分かれてきたのではないか、という意見もあるほどです。だから動物は植物が作る光合成の生産物に頼らなければ生きていけない、という関係がその後も続いているのです。

このような動物起源説が妥当であるかどうかは別として、我々動物たちは植物が作ってくれた有機物を食べさせてもらって生きていることは確かです。動物は自分の体の中で必要な有機物に組み替えることはできないのです。

〈来月は植物は光合成で作る蛋白質の素材はどこからもって来ているでしょうか・・・です〉

愛犬コーナー



シェルティー

シェットランドシープドッグは、愛称でシェティーと呼ばれるようになりました。シェットランド諸島産の牧羊犬でした。ボーダーコリーの祖先犬とサモエドなどのスピッツタイプの犬、ラフコリーが配されて作られたと伝えられています。



バナナクッキー



佐々木文彦シェフ

アトリエデリス 地域食材研究家

◇材料

バナナ 中1本(80g~100g)
バター 10g
竹鶏卵黄 1個
薄力粉 60g
全粒粉 40g
砂糖 ~20g
bp 一つまみ
牛乳 調節用

◇作り方

1. バナナは適量につぶして小さい鍋に入れて中火で炒める。絶えずかき混ぜます。だんだんねっとりなってきます。焦げそうなら弱火に。さらに混ぜつつ、大さじ1強くらいになったら、冷ましておく。(びっくりするほど少量になります)
2. バター、砂糖、卵黄をよ〜すり混ぜておく。1のバナナを加えてよく混ぜる。粉類をふるいながら加えて、ゴムベラで切るように混ぜる。(手早く!)
3. 大体まとまったら、手でぎゅっといっしにし、ラップに包み棒状に形成する。(多少粉っぽくてもok)ほろほろでダメにならない場合は牛乳をちょろりとたらして。
4. 冷凍庫でカチカチになるまで凍らせる。固まったら、薄く(5ミリくらい)にカットして、170度15分焼く。こんがりめになるように。

竹鶏ファミリーの声

「竹鶏物語」愛好家の皆様から寄せられる声をご紹介します。くコーナーです。

M・K様

日曜日は、突然おじゃましてすみませんでした。お土産まで頂きありがとうございました。

竹鶏さん宅を見学できて、とても良かったです。お客さんに今まで以上に自信をもって卵をすすめることができます。

〇〇店の店長さんも見学して、機械による流れ作業ではなく、お母さん達の手で一個一個大切に仕分けされ箱に詰められている様子が心がこもっててとっても良かったと話してましたが私も同感です。臭いも無かったし感動的!

多くのお客さんに竹鶏さんの卵が素晴らしい商品だとわかっていただけるように応援しています。これからもよろしくお願ひします。

お客様からよくある質問

- ・アレルギーや糖尿病にも効くって本当なの?
- ・卵の他にはどんな商品があるの...?
- ・友人にも送りたいんだけど、どうすればいいの?

ご質問・ご要望にお答えしますのでお気軽にご相談下さい!

＜お問い合わせ先＞

宮城県白石市福岡深谷字児捨川向1-2

TEL: 0224-25-2814

FAX: 0224-25-2865

HP: <http://www5.ocn.ne.jp/~taketori/>