



new

竹鶏かわら版

2009年10月号 (No.53)

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、どちら
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」

虫の音色に秋深しを感じる季節になりました。秋といえば食欲の秋、読書の秋、芸術の秋ですね！皆さんはどのような秋をお過ごしになりますか？我が竹鶏は、食欲の秋を満喫しています。皆さんもこの過ごしやすい秋の季節を、十分にエンジョイして過ごしてくださいね♪

～食べ物の役割と働き～

日の光を浴び、呼吸し、飲み、食べ、排泄する行為を通して「地球の生命循環」と「植物の生命循環」と「体の生命循環」はつながっているのです。

自分自身の体を養い育てるために「植物」は大地に根を張り光合成を行って宇宙のエネルギーを取り込み、土中の微生物と体内微生物の働きで大地から直接水と養分を吸収して細胞を養って成長します。

大地や海から直接栄養を吸収できる植物型の生命と、その植物を食べて栄養にする動物型の生命が生まれ、動物型生命の排泄物は植物型生命の栄養になるという循環を繰り返しながら生命体は徐々に複雑化し、陸に住むようになったのです。

秩序ある構造を持った丸ごとの食べ物の生命力全体と命の循環を高める自然の生命全部が人間の生命の秩序を維持増大して生態系の循環を促し、健康な心と体を育てます。

「健康」は有機体の構成要素のバランスのとれた生理的平衡状態、「しあわせ」は有機体と環境とのバランスのとれた生態的平衡状態のことです。



★仙台の芋煮会

仙台では秋になると、河原で芋煮会(豚汁)がはじまります。薪や炭を河原の石を組合わせた囲炉裏や公園(ちゃんと設備があるところ)でおこし、地元の里芋と季節の野菜、豚肉を煮て仙台味噌で味付けして頂きます。



里芋の卵蒸し

(チーズのマイルドな味わいがコクをプラス)

佐々木文彦シェフ
アトリエデリス 地域食材研究



★作り方

1. 里芋は皮をむいて1cmの厚さに切り、ゆでてつぶし4個に丸める。
2. チーズ・ハムは5mm角に切る。
3. エビは背わたを取り殻をむき、酒を振りかけておく。
4. 器に里芋の団子を入れ、チーズとハム、エビを入れる。
5. 卵に牛乳と和風だしの素を加えて混ぜ合わせ、こして、卵液を作る。
6. (4)に卵液を注ぎ、グリーンピースを散らし、蒸気のあがった蒸し器に入れ、強火で2～3分、その後、弱火で8～10分蒸す。

★材料(4人分)

- 里芋 … 6個
- プロセスチーズ … 60g
- ロースハム … 4枚
- エビ(中) … 8尾
- 酒 … 適宜
- 卵 … 2個
- 牛乳 … 300ml
- 和風だしの素 … 小さじ1
- グリーンピース … 大さじ2

愛犬コーナー



柴犬
独立心が強く、頑固な一面があります。飼い主にはとても従順で愛情深く優しい家庭犬となります。日本固有の犬種。なかでも、縄文時代の遺跡からも骨が出土するなど、もっとも古くから存在していた犬種です。

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。いくコーナーです。

H. W様

我が家の愛犬は、10歳になるヨークシャー・テリアです。この子は何故かタマゴは竹鶏物語しか食べません。この子を見ると、自分の口に入るものには自分で責任を持たなきゃと思います。

「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ワン」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://www.taketori-monogatari.com/>