

29 いつも美味しくいただいています。ひまわり20kgを頼んでいるせいか、宅配の方にパン屋と間違われれます。ご近所の方に食パンを差し上げると、大抵の方が「とっても美味しかったのでホームベーカリーを我が家も買ったわ」と仰います。あのおいしさは小麦粉が違うのですけど!! と胸を張って言っています。 大阪府枚方市・村岡啓子様

30 今日は朝からパンの焼ける良い香りがしています。至福のひと時です。今から選挙に行き、お昼はオープンサンドとハーブティーにします。 福岡県田川市・青木登志子様
会社では毎日2台のホームベーカリーがフル稼働しています。事務所の奥で焼いているのですが、お見えになった方は、必ず「いい匂いですね」と仰います。

31 パン作り楽しんでます。甘い香りは幸せな朝を運んでくれるようで...お友達にも宅配します。みんなの笑顔の輪が広がりますように!! 大阪府大阪市・西田英子様

32 私の好みは「ひまわり」、娘と息子夫婦は「ブラウワー」、世界一周してきた息子夫婦は、日本のパンほど美味しいパンはないと言います。フワフワのパンより、噛みしめると味の出る硬めが良いのだとか...。今回はブラウワーを試してみたいと思います。

神奈川県横須賀市・中橋美紀子様
年配の方は「ひまわり」、若年層はブラウワーを好む傾向にあるようです。

33 本当に美味しい粉に出会えて良かったです。何もつけずに食べられるので、年寄りのおやつに重宝しています。ありがとうございます。 神奈川県厚木市・横山みち子様

編集後記

うどん屋のおでんは
なくなるのか?

おでんの話には続きがあります。これは個人の勝手な思い込みですが、これまでおでんはうどん屋さんにとっては、貴重な収入源のひとつだと思っていました。というのはセルフのうどん店ならうどん一杯が150~180円であるのに対し、おでんは大体100円前後なので、2本とると、うどんより高額になるからです。ですから「おでん」とか「おむすび」なんかのサイドメニューを充実させることによって、客単価は上がり、お店の収益に貢献するもんだと思っていました。△ところが先日あるうどん屋さんとお話していると、ご主人が突然、「実はうち、今度からおでんするの、止めたんや」と言うのです。ご主人の説明によると、おでんを提供するのは、結構手間暇かかるらしく、仕込み、補充、売れ残ったときの処理などトータルで考えると、結局専従者がほぼ一人必要になるそうです。一方それに対し売上げは、サイドメニューなのでうどんそのものには及ばず、収支を考えると結局のところ、「手間ばかりかかって、面倒くさいので止めた!」ということになったようです。△しかしよくよく考えてみると、従来はサイドメニューとして、その地位を確立していたおでんが、なぜ売れなくなったのか?その真の理由は、さぬきうどんの形態がセルフ店にシフトしたことが影響しているようです。旧来のフルサービスのうどん屋であれば、注文してからうどんがくるまでの間が手持ち無沙汰になるので、「ちょっと、おでんでも食べようか」となる場所です。でもセルフ店では待ち時間ゼロなので、それだけおでんの登場機会が減ったんだと、そのご主人は仰っていました。言ってみれば、おでんはうどん屋さんでの潤滑油の役割も果たしていたのかも知れません。△別のセルフのうどん屋さんは、数年前におでんの販売を中止したそうです。お客さんに「おでんはないんか?」と聞かれると、近くのコンビニを紹介するそうです。セルフ店は、うどんのコストパフォーマンスを追求し、ギリギリのところを勝負している結果、非効率なおでんを提供し続ける余裕がなくなりつつあるのでしょう。そして食べ終わるとすぐに退席を促されるような雰囲気は、ますますおでんを遠ざけるという悪循環になっているようにも思えます。それだけにゆっくりとおでんを食べることができ、じっくりとうどんを味わえるうどん屋さんは貴重で、そういうお店に入ると、ほっとします。そば屋さんのように、のんびりとくつろげるうどん屋さんが増えてほしいなあ、とつくづく思います。

けいぞう



雪合戦 まちがい、さぐし



B A・Bの絵のなかに3ヶ所の違いがあります。マ? ☆答えは1面左下にあります。



VOL.45 <2013年:春号>

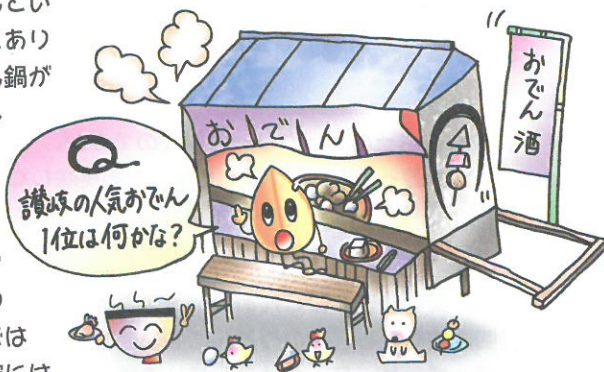
おんてみまひ

—発行—
FARINA ファリーナ
コーポレーション
香川県坂出市高屋町1150-5
TEL 0120-16-4591
FAX 0120-36-4591
http://www.farina.co.jp

Q

讃岐で一番人気の
おでんはなんでしょう?

讃岐ではうどんといえどおでん、そしておでんといえどうどんと言われるほど、両者は深い関係にあります。うどん店に入ると大抵はしじ横におでん鍋があり、そこには色んなおでんが所狭しとぎっしり並んでいます。△先日(2013.01.11)の地元紙(四国新聞)に「讃岐のおでん事情」として人気おでんランキングが紹介されていました。ベスト5は1位ダイコン2位コンニャク3位天ぷら4位玉子5位すじ肉。但しここでの「天ぷら」は、小麦粉を衣にして揚げたものではなく、魚のすり身を固めて揚げたもので、正確には「讃岐天ぷら」と言います。「さつまあげ」とよく似ていますが、薄く細長い短冊形をしているのが特徴です。△また讃岐のおでんは、大抵、串に刺さっています。うどん屋さんでは、セルフ形式で好きなだけ取るので、後で串の数を数えればいくつ食べたかわかるようになっています。でもダイコンとか豆腐なんかは、流石に刺さってないので、自己申告する必要があります。ランキングは妥当な結果ではありますが、私の大好きな豆腐が8位と着外なのは少し意外でした。また讃岐特有のおでんダネとしてサトイモ(11位)、イイダコ(12位)があります。瀬戸内海で獲れる飯蛸(イイダコ)は冬季限定で、これは胴部(頭みえる部位)にぎっしり詰まった卵が米飯のように見えるからという事です。蛸には目がなく、子供のときから未だにずっと好きです(というが益々好きになっているようです)。またサトイモとか豆腐のような芋類・穀類は、小さい時は何とも思わなかったものが、大人になってその味に目覚めました。小さい頃「お年寄りは何で、こんな豆やイモばかり食べるんやろ?」と不思議でしたが、だんだんとそういった年代に差し掛かってきたのかも知れません。△セルフのうどん屋さんもいいですけど、休日にフルサービスのうどん屋さんで、ビールにおでんを突っつきながら、釜揚げうどんを待っている一時は最高です。みなさんも讃岐にきたら是非どうぞ。



A



1

「美人は精白された食品を食べない!」を心掛けている私(笑)。御社のふすま入り強力粉でストレス発散もかねてパンづくりを楽しんでおります。こねることが楽しみですので、ホームベーカリーは使いません。おいしい、そして身体に良い、楽しい!三拍子そろって「ブラウワー」に大満足です。 東京都品川区・坂巻紅子様

2

食材を切ったり、煮たり、焼いたり、直接調理していた時代には、食物繊維は普通の食事にたっぷり含まれていました。しかし口当たりを良くして食べ易くするために加工技術が発達し、食品の加工度や精製度が高まるに連れ、逆に食物繊維は削ぎ落とされてしまいます。小麦ふすまは良質な食物繊維をたっぷり含んでいますので、それをうまく摂取できるようにと、工夫しました。

2

うどん県(香川県)。うどんは大変おいしいです。私は若い時高松に住んでいて、中学生の頃、素うどんを食べました。一杯15円だったこと憶えています。 大阪府大阪市・永井和正様
私もうどん1玉10円、うどん1杯30円の時代は憶えています。スライスされた蒲鉾がも言われぬ美味しさでした。

3

夫が2週間入院したのですが、元気に帰ってきたので、主人の手打ちうどんを添えてお見舞い返しを持って行こうと思います。みんな喜んでくれると思います。本当に良かったです。 福井県丹生郡・富山幸治様



4 いつも美味しくいただいています。私が美味しいと思うので、友人も多分同じであろう、と勝手に決めて時々プレゼントしています。お返しに自家製のお野菜をたくさん送って下さいます。エビで鯛を釣る(?)私の作戦です。

兵庫県神戸市・塩見多恵子様

5 入院生活で18kgの体重減となり、食欲も出ぬまま4ヶ月振りに退院。帰宅後、釜七・肉風味やカレー風味に挑戦し、食べ切れぬとの思いに反し完食。スープを飲みほした時の感動は忘れません。やはり貴社の麺・スープ共に大変美味しいです。それ以降徐々に食欲も出てきて、日々の散歩で体力も少し、また体重も3kg回復してきたところですよ。

京都府京都市・山口信次様

6 いつもはホームベーカリーで焼くのですが、フライパンで焼く方法が載ってました。試しに焼いたら美味しくビックリ!!時間が足りない時にはフライパンで焼いています。

福岡県飯塚市・野見山光子様

7 いつも美味しいおうどんありがとうございます。銀婚式の時に四国旅行をし、このうどんに会いました。それから忘れられず、ずっと一日一食は食しています。うどん党の私は、80才に手が届き、あと何年美味しいものが食べることが出来るでしょうか。

埼玉県越谷市・大熊定男様

8 足柄平野も日一日と冬らしくなってきました。富士山も真っ白です。煮込みうどんが美味しくなる季節ですね。楽しみにしています。

神奈川県足柄上郡・境真由美様

9 太そうめん・ひやむぎはそうめんよりも歯ごたえがあり、本当に美味しくいただきました。この夏は色々な具をのせてぶっかけ風にしたり、中華風の汁につけて食べたりと、アレンジ(家の残り物にて)を楽しみました!

神奈川県横浜市・永嶋桃子様

麺そのものもご飯と同じ主食なので、基本的には大抵のおかずと合うんじゃないかと考えます。

10 「よんでみまい」を楽しく拝見しております。いつもおいしいおうどん有難うございます。今夏は夫がそうめんばかり食べたがり、冷えて参りましたのでにゅうめんにしています。

福岡県福岡市・徳永純香様

11 離乳食をなかなか食べない孫が、さぬきうどんならペロリと食べてくれました。ゆで時間も短いので、即準備ができ大助かりです。邪道ですが孫用には少し長めにゆでています。お許しを!

京都府京都市・三輪正子様

12 今年(2012年)11月30日で満一才になる孫の美帆が、離乳食にうどんをよく食べると嫁に言われると、うどんを打つ手にも力が入り、打つ回数も増えると思います。

東京都西多摩郡・栗原義明様



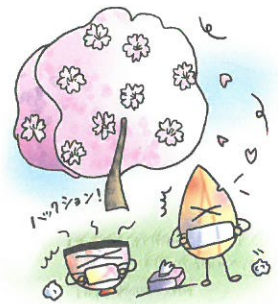
▲白峰寺より雄山・難山を望む

13 いざという時にうどんがあると安心です。ロングセラーの“さぬき”と“天狗そば”はもちろん、“釜七”も大好きです。調理時間が短くスープも付いているので助かります。カレーのスープを使わなかった時は、それを取っておいて野菜とソーセージと一緒に煮込んで、カレー味の具沢山スープを作ります。

静岡県静岡市・宮本和子様

14 こしの強いさぬきうどんが大好きです。旅行で香川県に行きうどんを食べてきました。東北とは違い、珍しい食べ方や、おでんを置いてある風景にもビックリ致しました。サービス企画は少量で色々な味を楽しめるのが気に入っています。寒くなったので野菜をたっぷり入れたカレー釜七を自分の味で楽しんでいます。材料を吟味している所も私は気に入っています。

福島県福島市・長沢つね子様



香川で生まれ育った者にはなんとも思いませんが、県外から来られると串に刺さったおでんにびっくりされるんですね。そういえば九州はなぜかごぼうの天ぷら、富士吉田うどんはキャベツ、武蔵野うどんは豚肉の入ったつけ汁と、それぞれ違うんですね。

15 いつも美味しく強力粉やうどん、そばを頂いております。私の一押しは、肉うどんです!レシピ通りに作ると、とても美味しく、身体が暖まります!近所や子供達に分けて配るととても好評でした!また長ねぎを玉ねぎの代用にして、少しカレー粉を入れると、カレーうどんになります(とても美味しいです)。

北海道滝川市・高橋典子様

16 夏は暑~い日々でしたが、孫と昼食に冷たい太そうめんをよくよばれました。冬にはお夜食に温かい細口そうめんをいただきます。とっても美味しくよばれています。

京都府京都市・江上淳子様

17 冬が寒~い北海道。体があたまる煮込みうどんに、北見産の玉葱とさつまあげ(天ぷら)を入れて煮込んだら、とても美味!!

北海道北見市・佐藤洋子様

18 我が家は4人家族。うどん派とそば派に別れ、必ず二つの鍋でゆでます。両方楽しめるのもGOOD。

大阪府枚方市・湯浅衣子様

さぬきでは冬になるとうどん風のそばを打ちますが、これがなかなかいけます。基本配合は「小麦粉:そば粉=2:1」、塩水濃度はうどんの1/2~1/3、つまり3%~5%程度です。うどんよりも少し薄く延ばし細く切ります。この田舎風そばが実に優しい食感で何度食べても飽きません。しかもゆでた直後のそばよりも、一晩置いた方がなぜか美味しいのです。△さぬきの随筆家・山田竹系先生は、その著「随筆・さぬきうどん(昭和47年刊)」の中で次のように述べています。「うどんは打ちたて、そばは宵越し」というのは、ただしさぬきだけの言葉である。関東では、むしろそばも打ちたてで、打ってから三時間もしたら食べられるものではないということになっている。しかし、このさぬきの宵越しそばは、いわれてみると、なかなかうまい。昨日打ったそばは、もうかたくなって、ピンピンしている。それを熱い湯でゆくめて、少しから目にしょうゆを入れ、油あげなどで、グツグツと煮て、細く切ったユズの皮なんかをふりかけて食べる山家のそばは、まこと郷愁をそそるおふくろの味である。あの、冷たく重い東京のそばのうまさとは対照的である。

19 夏休みの子供のお昼は、自分達でゆでます。息子は待ちきれないのか、いつも硬めです。娘はちょっとゆですぎ。そんな個性も楽しめるうどんとそうめんです。

鳥取県西伯郡・山根洋子様

私も小さい頃味見ばかりしていると、ゆであがったときには半分位になっていたことがありました。

20 我が家はやっぱり讃岐うどんが大好きです。圧力鍋でゆがくと、もっちりとしんがあって喉越しも最高です。主人と二人の時は一袋、孫は一人で一袋、美味しいといって食べます。夏は冷たく、冬は暖かくしてつけ麺で頂きます。

福岡県北九州市・松嶋立子様

21 「さぬきの夢」でうどん、ギョーザ等を作っています。大変美味で、手作りが一番と子供達に褒めてもらっています。今後ともよろしく願います。小袋が出たのが有難いです。

大阪府大阪市・田宮貴司様

22 「讃岐すずらん」などの小麦粉を使い、すっかり讃岐うどんにはまっています。今回は少し上達したようなので、「さぬきの夢」を打ってみようと思います。埼玉県鴻巣市・M.Y様

「さぬきの夢」は今年収穫分からは全量「さぬきの夢2009」に移行します。以前の「さぬきの夢2000」よりもグルテンの粘弾性が優れているため、打ちやすいと評判です。是非お試しください。

23 「よんでみまい」は、それぞれのご家庭の事情がユニークに伝わってくるので、楽しく読み応えがあります。過去に手打ちうどん用、讃岐すずらんの使用量のご報告をさせて頂きました。20年度5~12月22kg、21年度56kg、22年度53kg。ちょっとやり過ぎ...と反省し、控えめにして23年度は30kg。24年度は絞ってみますと40kg...とあまり反省されたとは思われませんが、ご近所様の出前はこれが一番でございます。

奈良県北葛城郡・太石雅教様

24 いつもおいしい麺とパン粉をありがとうございます。本日届いた「よんでみまいvol.44」でブラウワーの美味しさの科学的根拠がよく分かりました!さて「玄米うどん」があるならば「小麦全粒うどん」もできないのでしょうか?未精白食品摂取に努めておりますので期待したいところです!

東京都品川区・坂巻紅子様



小麦ふすまは強靱で硬く、ゆでただけでは中々柔らかくなりません。パンのように焼くとパリッとして食べやすくなります。今後うどんに利用できないか検討いたします。

25 ホームベーカリーを購入して1年、ブラウワーを食べて1年、飽きない味に感謝。中にはかぼちゃや豆を入れてパンを焼きます。たまには失敗もありますが、これまたご愛嬌で楽しいもの。これからも続けていきたいです。

静岡県浜松市・竹内正子様

26 私は血糖値が高いため、北川先生が言われているように、食物繊維を多く含んでいるブラウワーを使用しています。ブラウワー強力粉に玄米粉やヨモギ、ヒジキを加えてパンを焼いております。膨らみ方は少ないですが、もちもちしていて美味しく頂いております。

徳島県海部郡・M.M様

27 ホームベーカリーを購入して色々な粉でパンを焼いてきましたが、「お試し」で購入したブラウワーの香りやふんわりとした口解けの良いものには他では出会えませんでした。また送って頂きたいです。

福岡県北九州市・芦村詠子様



28 戦争中の子供時分、母がおやつにふすまパン(蒸しパン)を作ってくれました。それ程美味しいものではありませんでしたが、それでも食べられるだけで有難いと覚えています。こうしてパンにして食べてみたら、香ばしい香りと弾力がありとても美味しく、再度注文してみました。

東京都足立区・室井久夫様

イラスト投稿
ありがとうございます~
神奈川県横浜市・吉野トキエ様からいただきました。