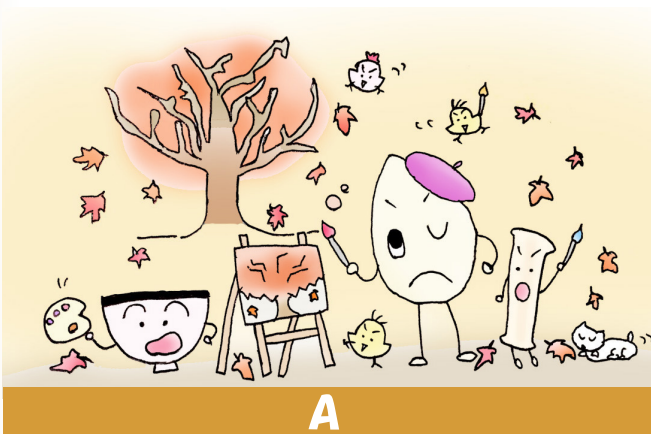
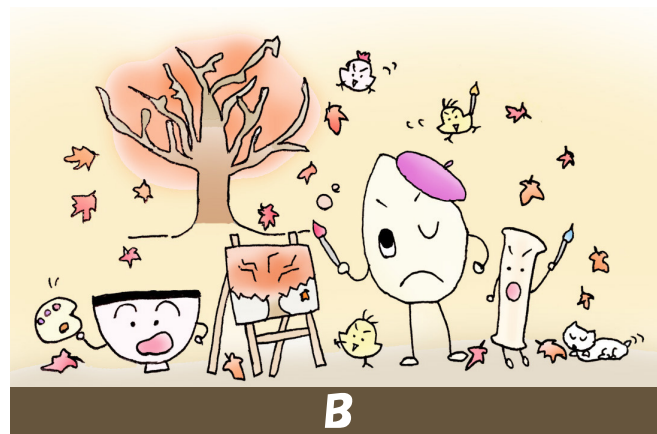


??まちがいさがし

A・Bの絵の違うところを3つをさがしてみよう!



A



B

※答えは1面右下にあります。

編集後記

丸の内朝大学 瀬戸内うどん留学クラス

丸の内といえば言わずと知れた日本一のオフィス街。東京駅から北に隣接する大手町にかけては、大手銀行や大企業のビル群が林立し、日本経済の中心地です。そしてその丸の内のオフィス施設を始業時間前に有効活用し、カルチャーセンターとして利用しようというのが、「丸の内朝大学」です。2009年開講、今年で9年目を迎え、朝活イベントとして定着しました。始業前に興味ある分野、趣味の勉強などで気合いを入れると、「さあ、今日もバリバリやるぜ!」と気力がみなぎること請け合いです。



丸の内朝大学は、春学期、夏学期、秋学期と3学期開講され、その内容は多岐にわたります。大学の授業のような堅苦しいクラスはなく、興味をそそり、琴線に触れるものしかありません。直近の秋学期開講のクラスでは、宇宙学部・「宇宙旅行準備クラス」やルーツ学部・「山伏『生まれ変わり』入門クラス」にびっくり、そして個人的には、食学部「楽しく学ぶ発酵クラス」やからだ学部「カラダ研究所クラス」に興味を惹かれました。みなさんも捜せば、きっとお気に入りのクラスが見つかるはずですよ。

さてこの秋学期には、食学部「瀬戸内うどん留学クラス」が登場。これは昨年に引き続き2回目の開講でした。2017年10月6日にスタートし、毎金曜日7:15-8:15(60分)全7回コースとなります。さぬきうどんのエッセンス、小麦粉の話、うどん店経営のお話など内容は盛りだくさん。特に第5回目は、一泊二日の現地さぬきのフィールドワークで、実際のさぬきうどんを堪能していただきます。



そして瀬戸内うどん留学クラスの締めは、手打ちうどん作りに挑戦していただきます(第7回目だけは土曜日)。自分で打ったうどんが、どれほど美味しいか実感し、感激されること請け合いです。うどん作りは難しくありません。正しい手順で打てば、初心者でも誰にも負けない美味しいうどんが打てます。まだの方は是非チャレンジされてみてください。

けいぞう

VOL.64 < 2017年：冬号 >

一発行一
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
https://www.farina.co.jp

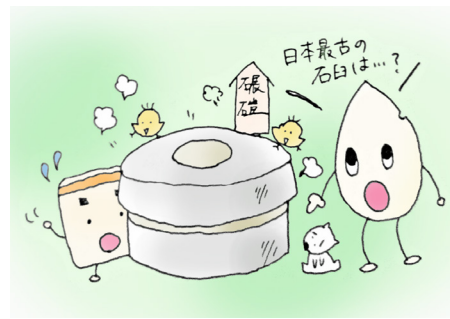
おんてみまい

Q

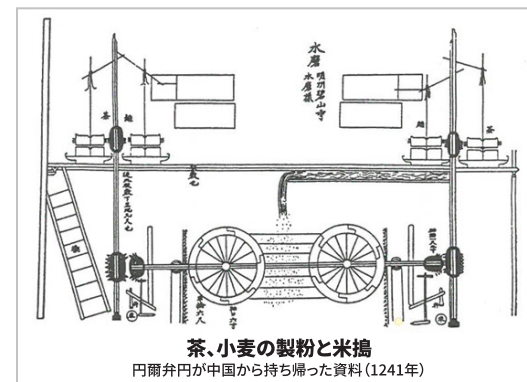
日本最古の石臼は?

A

以下、三輪茂雄先生の著書「粉と臼」からご紹介します。「日本書紀」には「推古天皇の十八年(610)春三月、高句麗王、僧二人を献じ、名を曇徴(どんちょう)、はじめて碾磑(てんがい)を造る、けだし碾磑を造るは、このときにはじまるなり」とあります。「碾」とはテン、碾(ヒ)く、またウスなどと読みますが、中国ではその昔、丸い石臼のことを碾磑と呼んでいました。正確には上臼が「碾」で、下臼が「磑」、そして上下一対の石臼が碾磑となります。よって日本書紀に登場する石臼を日本最古と認定したいところですが、残念ながらこの記述を裏付ける証拠が存在しません。また奈良の東大寺や唐招提寺にも石臼らしき遺物があるとの資料が存在しますが、日本書紀同様、その存在を裏付ける確実な証拠がないため、断定できません。そしてその後、碾磑に関する記録はぱたっと無くなります。当時の食生活は米麦が主食であったので、石臼は必要なく、わずかに貴人にささげる小麦粉のお菓子などがあつたとしても、それ程度の製粉は、搗き臼で十分に賄えた、よって碾磑は普及せず忘れ去られたのであろう、と三輪先生は推測します。



そしてそれから約400年間の後、京都東福寺にわが国最古の石臼古文書が出現します。これは円爾弁円(えんじ・べんえん)が仁治2年(1241)に中国から持ち帰ったと言われ、精米、製粉機の資料に関してはわが国最古です。図面には2台の石臼とそれに連動された篩分け機が描かれています。興味深いことに一方の石臼には「茶」、そして他方には「麵」と表記されています。ただ残念ながらこの製粉工場が実際に建設されたかどうかは不明です。



茶、小麦の製粉と米搗
円爾弁円が中国から持ち帰った資料(1241年)



▲太宰府観世音寺の石臼

では現存する最古の石臼はといえば、九州・太宰府の観世音寺(かんぜおんじ)の石臼になります。直径1.03m、上臼高さ21cm、下臼高さ28cm、重量は上下それぞれ推定約400kgという巨大な石臼です。寛政10年(1798)の「筑前国風土記」には既に「茶臼」として現在位置にあることが記されています。ただその大きさや形状から「茶臼」ではあり得ず、よって「鬼の茶臼」と俗称されたこともあります。その後の研究からこの石臼は、豆腐製造用であると考えられています。

1

先日友人に誘われて小豆島へ行ってきました。何も知らず着いたら高松飛行場で、昼ごはんは腰のあるうどんにびっくり!おいしい!海に波がないのにびっくり!!!
九十九里浜は太平洋の荒い波でどど〜ん!!!といつも家まで聞こえるのです。
琴平さん50段でgive up。書院のふすま絵をのんびり見学。神椿でパフェを食べました。
2人で146才ですのでスママセン。

お便り
コーナー

千葉県・木暮悦子様

瀬戸内海にも勿論波はありますが、太平洋と比べるとさざ波程度ですね。こんぴらさんの屏風には、さぬき最古のうどん屋さんが3店描かれています。



△弊社のある坂出市高屋町を五色台から望む

お便り コーナー

2 琴平町が実家でしたが母は4年前に95才で亡くなりました。毎年兄弟で墓参りに帰郷します。その時は、こんぴら山ご本宮まで行って下山し、さぬきうどんを頂きます。78才ですが、今年も登ります。10月23日に決まりました。まんのう町の妹宅で一泊します。 大阪府・伊賀和子様

3 “ひまわり”が届くとすぐお年寄りの家に届けています。一日3回家事をしながら焼きます。パン焼きは主人が担当でしたが、1月に亡くなり、2ヶ月経った頃から私が焼くようになりました。焼き上がると一番に「貴方のおかげで“ひまわり”に出会い、家でパンを焼く楽しみを残してくれた事、感謝しているよ」と言い、御供えしています。 京都府・榮真由美様

4 40代迄は、ザルで600g、温麺で500g前後、1回で食べていました。US-60をザルで1度に3袋食べていた時もあったなーと、よんでみまいvol.63のお便りコーナーを読んで、懐かしんでいました。 大阪府・津田勝様

若人はとにかく食べます。そして食べてもなかなか太りません。年配者にとっては羨ましい限りです。

5 こうだといいなと思うことが次々実現するので嬉しい限りです。(もっと小分けだといいな！全粒粉がほしいな！小麦ふすま栄養があるけど…)友人にも好評。友人のご主人さまは職場に持っていくほどです。トマトジュース、紅茶豆乳などであれこれ味を変え、砂糖は入れずに干しぶどう、干ししモン、オレンジ、みかんなどを入れています。パン焼き器も壊れ二台目になりました。 東京都・大町美恵子様

6 パンの小麦粉の注文から今度は麺セットを買いました。早速さぬきの夢、そばを食べました。うどんはコシ、のどごし、小麦粉の旨味も有り、満足です。そばもコシがあり美味しかったです。 千葉県・山口敬子様

7 酷暑の続く日々少々食欲も落ち、この沖縄の長い夏はどうして麺類が欲しい！そうめん、干しうどん、天狗そば等、多種類の麺が揃っているのがうれしいです。沖縄は旧盆が9月の初めなのでお客様に思っております。 沖縄県・比嘉嘉和子様

ソーキそばが特産の沖縄よりのご注文、誠にありがとうございます。

8 うどん県の観光コース(日帰り又は1泊で)のピンポイント案内毎号いろいろ記事にして下さい。(必ずうまいうどん屋さん1ヶ所入) 兵庫県・小原章男様

今後機会を見つけて、香川の観光スポットを定期的にご紹介していきたいと考えています。

9 少しずつ秋らしくなって参りました。我が家ではいつも2束くらい多めにゆがき、翌日みそ汁に入れたいります。他のソーメンは翌日溶けたりしますが、小豆島のソーメンは溶けず、手抜きを考える私にとってあらためて茹でる手間がかからず助かっています。 福岡県・白肌勉様

10 ブラウワー全粒粉に夢ブランを少し入れて食パンを焼いています。よく噛めば噛むほど味が良く、市販のパンは、美味しく思わなくなり、主人も喜んで毎朝食べています。夢ブランは、ホットケーキにも入れます。 京都府・Y.M.様

11 ブラウワーファインを焼き、美味しくいただいています。レーズン入りにしてプレゼントしたらとっても美味しいと喜ばれました。ひまわりも、他の方々にプレゼントすると特別に美味しいと喜んで下さいました。食パン1斤用袋はプレゼントの時洒落ていて重宝しています。 高知県・Y.K.様

12 <ヨーグルトパン>を紹介します！強力粉…250g、プレーンヨーグルト…190g、マーガリン…20g(無塩バターの場合は4g)、塩…3g、砂糖…25g、ドライイースト…3g。食パンコース普通。 広島県・今井京子様

お水の代わりにヨーグルトを入れる新レシピ、今度挑戦してみます。皆さんも是非どうぞ。

13 軽量の手間なくスピーディーに焼けるのでいつも朝の忙しい時に嬉しいです。250g入りのパン専用粉。きな粉を少し入れて焼くとより一層うま〜い！価格調整で500~600円の商品を作っただければいいですね。 群馬県・Y.K.様

1斤用袋やドライイーストといった低価格商品もありますので、どうぞご利用ください。

14 どこのパンを食べても木下製粉さんのブラウワー全粒粉で焼いたパンには勝てず。本当においしいです。病みつきです。他製品ではもう物足りないです。 鳥取県・後藤真理子様

全粒粉には10%程度の小麦ふすまが含まれているため、食物繊維はたっぷり、そしてカロリーは10%程度低くなっています。つまり同量食べても自然にカロリーカットができます。

15 全粒粉とひまわり強力粉の半々で食パンを焼きました。もちりして弾力性がありとてもおいしく焼き上がりました。パンを習い初めてまるまる九年目です。スーパーでパンを買う手間もなく全部自家製。近くに住んでいる娘にも、友達にも手土産はあんパンやウインナー入りのパンにして皆に喜んでもらっています。 東京都・昌子恵子様

16 ブラウワーもひまわりも本当に美味しいパンが焼けますね。この美味しさを他の人にも分けてあげたくて友人や妹や職場の人たちにも焼いてあげています。リピートが多く

順番待ちの状態です。野菜ジュース、オリーブオイル、クルミ、レーズン、マンゴーなどその日の気分でアレンジして楽しんでいます。もうスーパーの粉には戻れません。 新潟県・A.S.様



17 新聞で見たお試しセットを注文してパン焼き器で焼いて食べたところ、その美味しさにビックリしました。食物繊維がたっぷり入ったパンをもっと大勢の人達に食べて欲しいというファリーナ様の気持ちがこの美味しいパンを生んだのかなと感激しました。 茨城県・堀江君枝様



18 いつも季節毎のお便りありがとうございます。家族からのリクエストで「やっぱりブラウワーのパンが美味しいね」と言われ注文します。「よんでみまい」で皆さんと繋がっているようで嬉しくなります。美味しいものを口にすると笑顔になります。 埼玉県・大久保文子様

こちらこそ皆さんからのお便りで、いつも繋がっていることを実感します。ネット全盛ですが、紙媒体での繋がりも魅力です。

19 こんにちわ。夏は暑かったのでパン作りはお休みしました。いつも「ブラウワー」でホームベーカリーパンを焼いています。とてもおいしいです。お便りコーナーで「さぬきの夢」90%と「夢ブラン」10%でほぼ「さぬきの夢」全粒粉となることを知り試したくなり注文します。「さぬきの夢」のパンくまく膨らむかな？ 神奈川県・和田待子様

「さぬきの夢」はグルテンが少ないため膨らみにくいですが、風味は十分です。

20 とにかく、ブラウワー粉で作ったパンはおいしい！大好き。どこのお店にも売っていないわが家のパン！という感じで、焼くのも食べるのも楽しいです。 神奈川県・八城初江様

21 前回、夢ブランを購入して毎朝、夢ブランをティースプーン2杯ヨーグルト・豆乳・バナナをミキサーにかけて飲んでいました。結果毎朝お通じがありスッキリです。 千葉県・T.Y.様

22 こんにちわ！お久しぶりです。“夢ブラン”を初めてオーダーします。楽しみです。母が便秘に時々悩まされるようなので勧めてみようと思っています。最近、パン作りも腕をあげました!! シナモンロール、抹茶パン、コーンツナ、ハムマヨ、ソーセージパンなど作って人にあげたりして楽しんでいます。夏の間、少し休んでいたのが秋から冬にかけてまたパン作り楽しんでみたいと思います♡ 埼玉県・大河原留美様

23 身内の者が便秘で長年、悩んでおります。今回“味くらベビッグプレゼント”に飲むブランがありましたので、届き次第、すぐに送ろうと思います。この様にサンプルがあると、とても助かります。 神奈川県・ホジナキ暁美様

24 夢ブランを食べてから、とても体調が良く過ごしております。なくなると不安です。なくならないうちに注文しないと!! 東京都・大場とし様

25 夢ブラン、毎日ヨーグルトに混ぜて食べています。今では毎日食べないと朝に体が目覚めない感じがしてしまいます。これからも続けていきたいです。 秋田県・安藤和仁様

私は毎日プレーンヨーグルトに「飲むブラン」と蜂蜜を組合せています。飲むブラン1袋(10g)には4.8gの食物繊維が含まれているので、これ1袋で現代人に不足の食物繊維が補えます。

26 いつもおいしく頂いております。我が家では薄力粉と言わず「マーガレット」と貴社商品名で呼び、製菓・和食調理に活用しております。パンケーキや蒸しまんじゅう・天ぷら等々、何をつくっても美味しく出来上がり大好評です。 千葉県・K.S.様

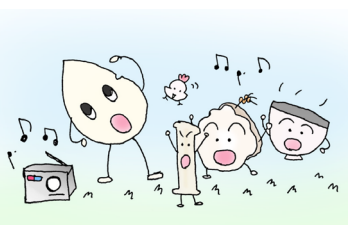
27 私が使用している粉は、讃岐すずらん&さぬきの夢ですけど、それぞれ特長がある事を知りました。弊社の粉で作る手打ちうどんは、加水量と塩度をかえることによってコシともちりした食感ができるのでそのバリエーションを楽しんでいます。 茨城県・和田末男様

同じ小麦粉でも加水量、塩水濃度が変わると、違ううどんになります。是非、色々試してみてください。

28 昨年さぬきの夢を買って食べました。喉ごしがよく、細口なので老人でも食べやすくおいしかったです。 福岡県・大神正則様

29 うどん好きの父が「おいしい！」と喜んでくれています。これからも変わらない味と、新しい製品を期待しています。 兵庫県・Y.E.様

30 加齢と共にうどんを良く食べる様になりました。特に我が家では玄米うどんが大好きです。かけ、釜あげ、パスタ風、野菜たっぷりの煮込み…楽しんでいます。当地では手に入らず毎回待ちにしています。「長寿とは健康に生きること」日々、大切に過ごしております。 千葉県・新井あや子様



若いときは毎日ラーメンでも平気でしたが、徐々にうどんやそばがやさしく感じるようになりました。

31 細々とですがずいぶん長い間、便利に、利用させて頂いております。近頃、焼きうどんは、干ゆめに限ると教えてもらいました。 兵庫県・塩見多恵子様

32 プゼントがある時だけ注文するので申し訳ない気がします。子供たちも独立し、この春主人の母(102才)が永眠し、夫婦2人になりさびしい限りですが、讃岐うどんを食べ元気をもらっています。 埼玉県・鈴木陽子様

33 孫は天狗そばの大ファンです。「おそばしてね。」と楽しみにしています。先日、つやがなくなったので他のつゆで間にあわしたら「いつもの味とちがう」と言うのです。まだ幼稚園児なのにびっくりしました。次に来た時、自家製でがんばったのですが「また、ちがうなあ〜」とおそば・つゆ共本当に美味しいです。 京都府・滝川睦恵様

34 そば・うどん共に大好きな家族ですが、子供達がみんな巣立ち、両親も亡くなり3人になりました。以前のようにたくさん食べて食べることもなくなり、少し遠のいていましたが、今回、やはり天狗そばはやめられず、注文しました。うちの息子はこれが一番と言っています!! 宮城県・鹿野栄子様

35 このところ、天狗そばは、辛味大根でおろしそばをいただいています。その天狗そばが、あと2袋。注文しなくてはというところに、プレゼントキャンペーン。 大阪府・大石重雄様

36 先日、知人よりオリーブの素麺頂きました。さっぱりしてて感激しました。すっかり、とりこになりました。上品な味が良いですね。グリーンと白が良い具合にマッチしていました。 神奈川県・嘉山恵美子様

今やオリーブは「小豆島手延そうめん」と同じ位の人気商品です。