



森 智子

ブルーベリーはハウス栽培をせず、あくまでも風土を生かした露地栽培に取り組んでいきます。そのため、生だと収穫時期が買場に集中。加工品を作らないと経営が成り立たない。そこでまず、ジャムづくりを始めました。



晴れ間

今から20年ほど前、私の周辺では、ジャムは生で出荷できなかった果物を、捨てるくらいなら加工しようという発想で作られていて、商品棚に並んだジャムの値段は、大きなジャム工場での大量生産ならいともかく、手間暇

かけてなぜこんな値段で売れるのだろうと思うような安い価格がついていました。農家は生産したものの価格など商品の計算に入れていませんでした。手塩にかけてブルーベリーを育ててもそのような状況では忍びなく、私はなんとか正当な評価をしていただけ、堂々と胸を張れる商品を作りたいと思えました。

を。水は一切使わずに、「ジャム」というよりブルーベリーの瓶詰」というコンセプトで他と差別化し、原材料を持つている農家でしか作れないジャムを思い製造。発売当初、1500円が千円のジャムは、横に並ぶ350円前後のジャムに比べて高いと言われましたが、繰り返し続け、こがどう違うかを説明し続け、食べ比べていただき、少しずつ支持が広がりました。

以来、農商工連携を皮切りに6次産業化などいろいろなチャレンジしてきましたが、何をやるか、誰と組むか、何のためにするか。壁を乗り越えるたびに商品への愛着が増し、いつの間にかモノづくりがモノがたりになっています。

☆もり・ともこ 愛媛県今治市玉川町。ブルーベリー、マコモタケ。体験型農園「森のともだち農園」を運営し、農業や地域の魅力を発信。58歳。

豆腐作り

おとうふ工房いしかわ 石川諒さんが指南 愛知県高浜市



豆腐は、2千年以上前から中国をはじめ、世界各国で姿や形を変えて食べられてきました。日本人は古くから大豆をタンパク質補給の中心に据えた食生活を営んできました。

一晩水に浸し ミキサーでつぶす

豆腐作りは前日から始まります。大豆は300gに対して必要な大豆は300gです。「フクユタカ」などタンパク質含有量が多く、豆腐加工に適性のある品種を選びましょう。大豆をボウルに入れ十分に洗い、3倍以上のたつぷりの水で一晩浸します。粒を割り、面の真ん中に一本スジが見え

た。その代表が精進料理で、豆腐やがんもどきなどの大豆加工食品が多く使われています。近年、日本で注目を集めているのは「豆腐干」。中国・台湾の伝統的な豆腐の一つで、シート状になるまで極限に水を絞ります。麺のように細く切り、健康や美容を意識する女性を中心に口コミで広がっています。

豆腐はスーパーなどでの購入が一般的になりましたが、ぜひ、出来立ての豆腐の香りや味を体験し、豆腐の奥深さに思いをはせてください。簡単に失敗が少ない豆腐作りを紹介します。

と良い加減です。大豆の容量を計量カップで量り、同容量の水を準備し、ミキサーに20秒ほどかけます。親指と人さし指で触り、トロリとしながら少しざらつくぐらいが良い状態でしょう。

出来たてを楽しんで

すりつぶした大豆を厚手の深鍋で強火にかけ、木べらで鍋底からしっかりと混ぜ続けます。80度くらいになると一気に泡が吹きあがるので、鍋の縁まで上がったら火を止め、すぐ大きじりのサラダ油



豆乳に泡を作り、にがりを一気に加える

を加えて泡を抑えましょう。泡が下がったら、再び弱火にかけてよく混ぜながら10分間煮ます。この状態を「呉」といいます。呉をこし、布で絞ると、豆乳とおからに分けま

にがりを入れたら すぐ均等に分散

す。豆乳に、にがりを混ぜ、固めて冷やしたものが寄せ豆腐です。豆乳に対して1%のにがりを用意します。混ぜやすいよう、3倍に薄めましょう。豆乳を木べらで85度にな

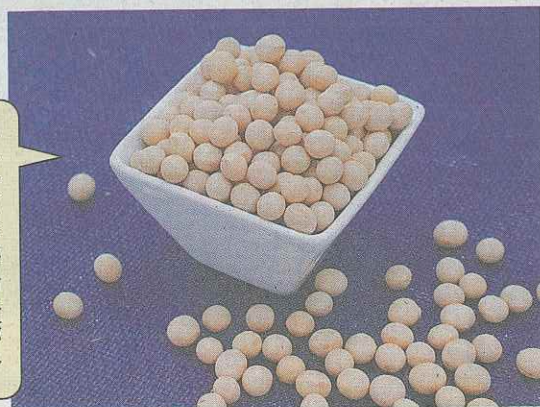
水加減や混ぜ方が 仕上がりを決める

大豆の状態や水加減、つぶし具合やにがりの混ぜ具合などで仕上がりが大きく変わります。理想は豆乳とにがりがよく混ざり水分がほとんど出ない状態で、鍋の側面まで豆腐が張り付

いています。黄色い水が出る。混ぜる力が強く、逆に白い水が残ると混ぜる力が弱かったり温度が低かったりして、豆乳が固まらず残っています。一筋縄ではいきませんが、自分で作った出来たての寄せ豆腐に勝るものはありません。懲りずにチャレンジしましょう。



寄せ豆腐



タンパク質含有量が多い大豆を用意する(写真「ユキホマレ」)

法律相談

船本 博昭

Q 専業主婦です。第三者からけがを負わされてしまい、痛みのため家事が思うようにこなせなくなりました。家事に影響が出たこと、補償として、何か請求することができますでしょうか。(青森県 K・A)

A 交通事故など、第三者の行為によって

家事従事者の休業損害

負傷した場合、被害者に損害賠償請求権が発生します。この請求権には、治療費や通院交通費など実際に支出があったもの(積極損害)のほか、慰謝料や休業損害、後遺症による逸失利益など(消極損害)が含まれています。例えば、サラリーマンの場合、けがの影響で休んだ時間や日数分の休業損害を請求することができます。この損害は、当事者の月給を日給、時給に換算して算出されるものです。