

皆様、こんにちは～！先日、御堂筋を歩いていたら、道行く人が皆、うつむき加減で、愁い顔……いったい何故？答えはポトポト落ちてくる銀杏のせいでした。うっかり踏んづけるとたいへんなことに……！しかし、これも秋の風情というものかも？駆け足で過ぎていく季節を追って、それでは松前屋通信12号のスタートです！！

されたバッテラ等々……。昆布でまろやかになった酢の風味は食欲を誘いますし、バッテラは素材の臭みやクセをやわらげるだけでなく、うま味をのせて料理を上品においしく仕上げます。昆布料理に「酢」は欠かすことのない調味料といえるでしょう。

「酢」は味付けだけでなく、昆布の加工にも不可欠です。乾燥させた昆布は加工・調味する前に柔らかくする作業が必要です。乾物は水に漬けて戻すのが一般的ですが、昆布は水にあうと粘りが出て、扱いにくくなる上に、すぐに腐ったり、カビが生えたりしてしまいます。そこで、登場するのが、「酢」というわけです。

「酢」は、PH4と強酸性であるため、強力な制菌作用があります。また、昆布に含まれるアルギン酸を中和し、肉質の硬い真昆布のうま味成分を閉じ込めたまま、柔らかく炊き上げるのに有効に作用します。いい事づくめの「昆布」と「酢」の組み合わせですが、実は昆布加工の長い歴史の中で、現在のように使われるようになったのは比較的新しく、江戸時代後半から明治時代にかけてではないかと言われています。

伝統ある食品も常に進歩し続けているということでしょうか。



工場 山上 記

社内一番自慢！



40才台も後半に入り、最近とみに健康が気になる様子の松村専務。塩昆布屋にも似ず、甘い物はもともと好きなようですが、近ごろはトレーニング効果もあってスッキリ締まってきたせいか、『食事制限解除だ！』と一人、食欲の秋。確かに美味しい物を食べるのがこの人の仕事でもあります……専務、ほんとにいいんですか？！健康記事を読みあさっては、健康法師としての執筆に余念がありませんが、ご当人が『健康』かどうかは甚だ怪しいものです。とはいえ、髪の方は着々と『法師』らしくなっている？かも？。

健康法師★松村の一番自慢

まあ色々と言いたい事はありますが、社内一番を自慢にするならばと、客観的数値を探してみたところ……。なんと！私は、中性脂肪において、社内一番でした！あへ～？！5月の健康診断で発覚しましたが、値は、397。「400を超えたら、薬を飲め。」と医者から言われてしまいました。「そんなもん、自慢になるかあ！」との声も聞こえてきそうです。しかしですね、この数値があったからこそ健康記事の収集、執筆にも力が入るというものです……なんて言い訳をしている場合ではないので、8月から、フィットネスに通いはじめました。パートしと40分の早歩きを中心に、1か月10回のペースで実行したところ、フッフッフッ、見事、340に低減しました！しかし、適正値149にはまだまだ遠いよなあ……。なんとも複雑な気分が一番自慢でした。