

クイーン倶楽部だより 12月号

2024年

第262号

ERN 有限会社エコ・ライス新潟
 新潟県長岡市脇川新田町字前島970-100
 TEL 0258(66)0070
 FAX 0258(66)0447
 URL <http://www.eco-rice.jp/>
 E-mail office@eco-rice.jp



高品質の山田錦を目指して!

新潟予選を初開催しました

酒米「山田錦」の最高の品質を競う山田錦プロジェクトに、新潟から26名の生産者が応募。本選に向けた新潟予選会を開催し、特別審査員として「瀬祭」の旭酒造(株)の杜氏と、精米責任者の方が参加されました。

穀粒判別器と農産物検査員5名、旭酒造様の2名による厳正な審査の結果、13名の生産者が山口県での本選の切符を手に入れました。

今年こそグランプリを手に入れるぞ!



? **酒米と食用米の違い**
 左: 酒米、右: 食用米

酒米は「酒造好適米」といい、良い米の条件として①大粒②米の中心が白い(心白)③粒が割れていない(胴割)などが挙げられます。酒米は食用米と違い、米粒を5割削ることもあるため、大粒でヒビの入っていない物が求められます。

それでいいのか医療

災害食はご飯とみそ汁の備えを

その15

前回の中水に次いで今回は災害食について述べます。被災地は道路状況で食料事情が大きく異なります。車が被災地まで通行できれば食料確保はできます。山のごとく全国から支援が届きますが、幕の内弁当、カップラーメンとパンだけです。ひもじい思いはしませんが、これ以外は望めません。車が不通になって集落が孤立した場合は、食糧が届かず自分で用意したカップラーメン、乾燥米、缶詰がすべてとなります。お湯はどこだと目の色をかえてうろつくこととなります。

どちらにしても四日目から「またか」と溜息となり、暖かいご飯とみそ汁、それと風呂に恋焦がれることとなります。車両通行可能では自衛隊が四日目より暖かい食事と風呂の提供をされますが、多勢に寡少であてにできません。そこで、交通状況の如何を問わず両者に共通するのは「毎日を暖かいご飯とみそ汁を」の合言葉となり、自力更生となります。いつまでもバケツ下げ、いつ来るか判らぬものを呆然と待つわけにゆきません。

災害食は他力本願より自力本願で自分に提供します。その具体対策は「自炊」です。ただちに石を並べて竈(かまど)作りします。ご飯たきは羽釜(はがま)ですが、贅沢言っていられませんので、お湯わかしもご飯もみそ汁も鍋です。

釜炊きご飯とみそ汁は非常に美味しいですが、その仕上げに高級技術を要します。寝ていた古老に立ち上がってもらい指導を得るしかありません(絶滅危惧種になっていますが)。

備えとはかまど作り、お湯沸かし、ご飯炊き、みそ汁作りの技術習得訓練です。筆者は古民家別荘で日常訓練していますので、指導可ですので、呼びください。



中村 信也 (なかむらのぶや)

医学博士。東京家政大学名誉教授。まほろば東京クリニック院長。「食と医療」の医療薬膳研究の第一人者。