



▲大人気!!はこだて土偶ッキー



▲しおり付きクッキー

福祉の店
どんぐり
2号店

(まちづくりセンター1階)

近年、毎年言われているのが異常気象や記録的な高温等により人的な被害が出ていることです。豪雨による土砂崩れや熱中症による人的被害が出ていることに心を痛め、衷心よりお悔やみを申し上げます。最近の事件の報道を見ていると、人が人を殺すというおぞましい事件が多発しています。以前からこのような凶悪犯罪は沢山あったのでしょうか。人を思いやり、慈しむという情愛が少なくなってきたに気がしてなりません。「高齢者」・「児童」・「障がい者」の虐待防止法が施行されてから幾年か経ちますが、いまだに虐待が減少されないのは、人権を尊重する気持ちが少ないのではないのでしょうか。すべての市民が安心して生活出来る環境をつくってきたいものです。

涼しくなって参りましたので、まちセンの福祉の店「どんぐり2」へ足をお運びください。きっと気に入った商品が見つかります。

■営業時間 / 10:00~16:00
■定休日 / 土・日曜日・祝日

製品は、函館市総合福祉センター1階・函館市役所地下売店でも販売しています。

たまにはコーヒー以外の話をしましょうか。

私が好きなものに発酵食品があります。味噌、塩麴や醤油麹を使った料理、甘酒など。甘酒といっても炊いたご飯に麴と水を混ぜて発酵させたもので、アルコール分はありません。自然な甘みがでておいしいので、朝、ヨーグルト代わりに食べたり、料理に甘味を出したいときに使ったりしています。初夏、新鮮な鰯が獲れ始めたらアンチョビを仕込みます。本当はカタクチイワシで作るのですが、見つからないときはマイワシでも作っちゃいます。大味だという人もいますが、自宅でパスタやじゃがいもに混ぜて使うには充分。イカの塩辛もこの季節の定番。青唐辛子や柚子胡椒を入れてもおいしいですね。そしてこの季節はきゅうりやナスの漬物。刻んで塩や塩麴をもみこみキッチンに置いておくと、乳酸発酵して夕方には食べごろになっています。

今年初挑戦したのが酵母でした。いつもジャムを作る地元のいちごや、りんご、バナナなどいろんな果物で酵母を起こしました。水と一緒に瓶に入れ温かい場所に置くと、2~3日でふつふつと気泡がでてきます。瓶を開けるとシュッと音がして、勢い余って噴き出すことも。わー、酵母が生きてる!このフレッシュな自家製酵母でカンパニユを焼きました。温度管理が難しかったので、ちゃんとパンが焼けたときは感動!もっぱら自家用ですが、これからもときどき作ってみようと思います。

飯寿司やキムチなどに挑戦したこともあります。これは休みと気がないとなかなか作れませんね。今年の冬はできるかな?ちょっと手間はかかるけれど、発酵食品は作るのも食べるのも楽しいです。

◎Coffee Break

先日機会をいただいて、コーヒーレッスンの講師をさせていただきました。コーヒーの淹れ方のコツや豆による味の違いをお話しし、飲み比べもしてみました。淹れ方を変えたのと、水を変えたのと。同じコーヒー豆を、汲みだての水道水とミネラルウォーターでそれぞれ淹れてみると…。はっきりと味が違いました。ぜひお家でもやってみてください、面白いですよ。

参加の方々に楽しんでいただけたようでホッとしました。コーヒーレッスン、機会があればまたやってみたいです。

cafe DripDrop★米田尚子



煎りたて珈琲と
地物野菜メインのお食事

cafe DripDrop

カフェドリップドロップ



コーヒーレッスンの様子

■営業時間 / 10:00~18:00
■定休日 / 水曜日

ホームページ

<http://handpick.cafe.coocan.jp/>