

胡麻インストラクター協会

〒604-0845

京都市中京区烏丸御池上ル二条殿町 546

Tel 075-222-7318 fax 075-222-0318

胡麻インストラクター協会 会報

2010年12月25日発行 第16・17合併号

「本当の幸せとは」

胡麻インストラクター協会

会長 セサミマイスター 深堀 勝謙

最近は癒しブームです。

胡麻も含まれるアミノ酸（ミチオニン）に癒し効果があることも最近分かってきました。

インドではアーユルベータ医学において胡麻油を額にかけたりもします。

しかし、癒しというのは注意が必要です。

それは口癖のように「癒しがほしい、癒されたい」という人は、ずっと同じことを繰り返すだけなのです。

休日や楽しみというものがあっても、また少し働いたり任されたりするだけで「癒しがほしい、癒されたい」というものなのです。

それは人間の弱さであり、人情でもあります。

しかしながら我々胡麻インストラクター協会会員は、「胡麻は癒されますよ」というよりは、「胡麻で元気一杯ですよ！」という回答が、本質を良く理解した相手を幸せにする声かけになると思うのです。

胡麻生活を宣言します

セサミマイスター 福井 美音子

はじめまして。セサミマイスターの仲間入りをさせていただいた福井です。

突然ですが、我が家にはパソコンがありません。

2年ほど前に故障してからというもの、時代に取り残された生活をしています。その為、11月の会報で原稿を書かなければならない・・・という事は10月の胡麻料理教室・セサミタイムで石田先生に聞きました。もちろん、会報を読んだことはなく。。。マイスター山田さんに会報を印刷してもらいました。

会報を読んで、皆さん胡麻を毎日生活に取り入れ、胡麻についても勉強されており知識豊富だなと感じました。私とえば、胡麻を毎日食べよう！と思ったものの実践できていないのが現実です。胡麻についてもっと知ろうと、図書館で本を探してもみたのですが、胡麻の本って私の地元の図書館では見つけることができませんでした。本屋めぐりをしてみようと思っています。

胡麻マイスターと名乗っていいのか！？と思われるほどの私ですが、9月から日曜日だけ『京都・ごまの専門店 ふかほり』でお手伝いをさせていただいています。

(この原稿もお店のパソコンを借りて書いてます)

胡麻に囲まれた中での仕事です。胡麻商品を買う機会も増え、胡麻を食する機会も増えました。すり胡麻・ごまふりかけ・ラー油・・・美味しいですよ！

ツルツル・プルプルの肌になろう！と、コラーゲン入り黒ごまきなこも買いました。

牛乳で溶かし毎日飲んでいたので、冷たい牛乳を飲むのが辛くなる季節です。

牛乳を温めるひと手間がめんどくさくて、飲まない日々が続いてます…

そこで、宣言したいと思います。

「毎日コラーゲン入り黒ごまきなこを飲んで、乾燥しらずのお肌を目指します!!」

私に会う機会がある皆様、「ちゃんと飲んでる？」と聞いてくださいね。

次回、また原稿を書く機会があれば、結果報告をしたいと思います。

さて、最後になりましたが、11/12～12/6に京都・長岡京の光明寺で催事があり、お手伝いに行く事になりました、光明寺は紅葉がきれいなお寺のようです。お越しの際は、催事会場の『京都・ごまの専門店ふかほり』へお立ち寄りください。

はじめまして

セサミマイスター 真田友子

ソムリエとの出会いは奇跡的でした。私は午前中めったにテレビを見ることはありませんがたまたま見ていた番組で初めてお目にかかりました。

家が禅宗(黄檗宗)の寺院(大阪府池田市にある天照山万福寺)で禅宗の中でも黄檗宗なので普茶料理をいたします。

献立の中でも胡麻豆腐は欠かす事の出来ない料理です。年2回の彼岸法要会の時に祖供養として檀家様にお持ち帰り頂くために、お弁当を手作りしています。その中に胡麻豆腐をお入れしているのです。

毎回毎回納得のいく味にならなくて、やはり市販品とはひと味違う物で、買い求めたくなるような味にしたいと思っていました。だから私にとっては目の前が明るくなる出会いで、すぐにお店を調べてお電話させていただき、その後石田先生の料理教室に参加させて戴ける事になって、何と幸運な事でしょうか。

少し普茶料理の説明をしたいと思います。

普茶料理とは約300年前中国明の隠元禅師が京都宇治に黄檗山万福寺を建立した折より伝わる精進料理で、野菜、果実、乾燥品等を調理するものです。

植物性の油 胡麻等の利用方法が巧みなもので、他の精進料理に比べて高い栄養価があります。

普茶とは普(あまねく)衆人に茶を施すという意味があり、法事、仏事の終了後に僧侶や檀家が一堂に会し茶を飲みながら重要事項協議する、茶礼に出された食事が原型となっています。

長方形の座卓を上下の区別なく4人で囲み、一品ずつの大皿料理で一器の汁一器の茶を仲良く分けあって頂いて親密の情を表すものです。

とても簡単な説明で申し訳ありませんが、普茶料理には胡麻がとても重要な事がおわかり頂けると幸いです。

ごま豆腐を制すること出来たならば天照山万福寺の将来は安泰ではないか思っているくらいです。

この幸運を機にゆっくと、しかししっかりと、また楽しみながら勉強していきたいと思っています。どうぞ皆様方宜しくお願い致します。

『裏胡麻美人ワールド 2010 年ラストへ!』

事務局長 GOMA-ISSA

さて、今年も両手で数えられる日数を残すだけとなりました。皆様にとって、どんな 1 年だったのでしょうか？私にとっては、考えている暇はほとんどないといってもよいくらいの 1 年でした。新しいことの連続で、勉強の年でもありました。きっと来年もそうであるでしょうし、またそうであってほしいと思います。

そして、第 2 期のセサミマイスターの皆様との出会いの年でもありました。なかなかマイスター全員集合！とはまいりませんが、唯一会報で協会の様子が少しでも知っていただけたらと配信してまいりました。

今年最後の裏ネタは…そうですね、会長のお腹に貯まった？(溜まった)余分 3 兄弟のこともお話しして、来年はすっきりしたスタートとしまししょうか(*^_^*)

自他ともに認める会長の脂肪。いつのころからか順調に育ってまして、このままでは「ぷっくら焙煎」さながらの育ちっぷりで、春には発芽ごま誕生？(笑)

先日、孤独な旅から帰京した藤本さんが、久々に会った会長のお腹を妖しげになでなでしながら、「これはいかんでしょう^_^;」と。はじけそうなコートのボタンに店長、私、藤本さんとその場に居合わせたスタッフ、全員の視線は会長のコートの第 3、第 4 ボタンに釘付け(^_^メ)ストライプのカジュアルなマフラーを巻いていた会長は、まさしく「スノーマン？」いえいえ、「雪だるま」。

御池店の下田店長にも、お腹の余分をぷにゅぷにゅとつままれ「ボタンが可哀相(-_-;)」と。

そんなこんなで、最近では会長に対するスタッフの視線は、てっぺんから中心へと大移動中…余談ですが、心齋橋大丸の催事に出店した際、会長と胡麻屋くれえぷ堂店長がスイッチした日が 2 日間あったのですが、なんと皆様からは二人の後姿、声ともにそっくり！と^_^;兄弟の遺伝子パワー？に驚いたのです。

もうひとつおまけですが、その心齋橋で、胡麻屋くれえぷ堂前の常設のおいなり屋さんから、会長は「つるの剛士」に似ていると…三条会商店街では「上地雄輔」と。あとは、どこかで「野久保」に似ていると言われれば、ひとりへキサゴン「羞恥心」完璧！ですよ(^_-)☆

そんな私も他人のことをとやかく言っている場合ではないのです^_^;

来年は、ネタにされないよう気をひきしめてまいりたいと思います m(__)m

では今年最後は、ごまラテの作り方を。



以前も紹介しましたが、その際は金ごまクリームを使ったごまラテでしたが、今回ご紹介するのは、現在京都のコロラドコーヒー14 店舗で、実際にふかほりの金すりごまを使ってメニューになっているごまラテです。

まず、カフェラテをご用意ください。そして、ティースプーンに軽く 1/2~1 杯程度のグラニュー糖を入れ、金すりごまをティースプーンにたっぷりのせ、ふんわり軽く混ぜたら出来上がり！

しっかり混ぜすぎないように、優しく 3 回ほど円をかくように混ぜてください。鼻から、ふわっと香りが抜けて幸せな気分になりますよ(*^_^*)

ぜひ、クリスマスにお楽しみください。

どうぞ、たくさんの幸せがふりそそぎますように！よいお年を(^_^)v

2011 年にお会いしましょう(^o^)

この季節はやっぱりゴマでしょ!!

セサミマイスター 後藤武史

今年もあとわずかとなってまいりました。

皆様いかがお過ごしでしょうか？ちまたではノロウイルスなど騒がれていますが、この季節うがい手洗いはかかせませんね。さてこの季節、もうひとつ忘れられないのが宴会ですね。私の仕事はこの時期が一番の繁忙期なのですが、今年はおかげさまで特に忙しく、なかなか宴会にも出席できずにいます。

さて、その宴会に欠かせないのはやはりゴマ。ご存知の通り、セサミンの抗酸化作用は肝臓に直に働くので肝機能には非常によく、またアセトアルデヒドの分解も促進するので、二日酔いにも効果的。まさに『酒にはゴマ』ですよ。この季節にゴマはかせませんね。（って年中かせませんが・・・。）

話は変わりますが、関西では、ホームパーティーをする時には『たこ焼きパーティー』と称し、一家に一台はある『たこ焼き焼き器』でたこ焼きを焼きながら、パーティーをするのが一般的（うちだけですか？）です。

そこで秘伝の『後藤家たこ焼きの具』を大公開いたします。

タコ…これはかせませんね。少し大きめに乱切りします

こんにゃく…これは3mm角位に切ります。歯ごたえが増えて美味しいです。

ちくわ…これも1~2mm大に切ります。

コーン…缶詰のコーンを使用します。

天かす…市販のものを使用します。

紅ショウガ…大きいのを切りますが、最近हतこ焼き用として販売していますね。

チーズ…とろけるチーズを手で小さく刻みます。

刻みネギ

とこれが基本ですが、そこに気分でキムチ等をいれたりします。あと醤油をあらかじめ入れて、ソースをかけずに食べるスタイルもお気に入りです。

最近ではそこに“ゴマ”を入れたり、ゴマ油を入れてみたり、いろいろ試しています。某クレープ屋さんをまねて、小さく刻んだ水菜と九条ねぎなんかを入れて楽しんでおります。何をいれても美味しくなるので（チョコレートを入れる人もいます）この冬は是非、『たこ焼きパーティー』でお楽しみください。

また「こんな具入れたら美味しかったよ」や、「ゴマを使うならこうしないと」等ございましたら、私も試してみたいので是非ご連絡くださいね。

それでは良いお年をお迎えください!!

胡麻屋くれえぷ堂店長日記

広報担当深堀秀生

今月は2日連続でテレビ番組の取材を受けました！



まず11月1日に、全国で放送されている日本テレビの『ミリオンダイス』の取材を受けました。内容は、「売り切れご免」の美味しい京都の食べ物を、いつも海外ロケばかりのイモトアヤコさんに食べていただくという企画。

チュートリアル様、イモトアヤコ様、シルク様がお越しくささいました。

また、11月2日には、関西圏で絶大な影響力を持つという毎日放送の『魔法のレストラン』というテレビ番組の取材がありました！三条会商店街の中にあるいくつかのお店に立ち寄られましたので、商店街としても盛り上がっています(笑)

お店に来てくださったのは、水野真紀様、石田純一

様、TKO様、椿鬼奴様、島田秀平様です。ご来店まことにありがとうございました！

ちなみに『魔法のレストラン』は11月24日に放映後は、すごいお客様。特にごま好きの水野真紀様が召しあがった京野菜ごまクレーププレミアム(胡麻が2倍)の人気に火がつき、プレミアムを注文されるお客様が倍増しました。

『ミリオンダイス』は翌週12月2日に放映。こちらはごまたっぷりのヘルシーでお得な京野菜ごまクレープということで、紹介していただきました。

2週連続で人気のテレビで紹介されたということもあり、土日には信じられないほど、お店の前に長蛇の列ができることに。おかげで三条会商店街中の八百屋さんやスーパーから、水菜を買い占めてしまいました(笑)

最近商店街近隣のお店で水菜が売り切れているのは、胡麻屋くれえぷ堂がすべて買い占めているからです。近隣にお住まいの皆様、ご迷惑をおかけいたしております m(__)m

ということで、来年も胡麻屋くれえぷ堂をよろしく願ひいたします(笑)

※ここで使用しております写真は、あくまで会報用ですので、公開しないよう願ひいたします。



【お知らせ】

○ご寄稿のお願い

セサミマイスターの皆様には、順番に会報の文章を依頼させていただいております。お手数ではございますが、ご担当の際はご寄稿を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

さっそくですが、**次回のご寄稿予定は M10024 水埜公喜様、M10025 名越峰代様**となっております。よろしくお願いいたします。

その他、情報や投稿を随時募集しております。あて先は goma@wadaman-s.com までお願いいたします。次号は来年1月20日頃配信予定です。お楽しみに！