

Relax Time
For Your Heart

ミヤコメール

Miyaco Mail

No.97 2016年秋号

こんにちは、Miyacoです。みなさんお元気ですか。
 今回は、秋に相応しく、おちついてコーヒーなど味わいたい
 と思います。それでは、よろしくおつきあいください。

10月1日はコーヒーの日

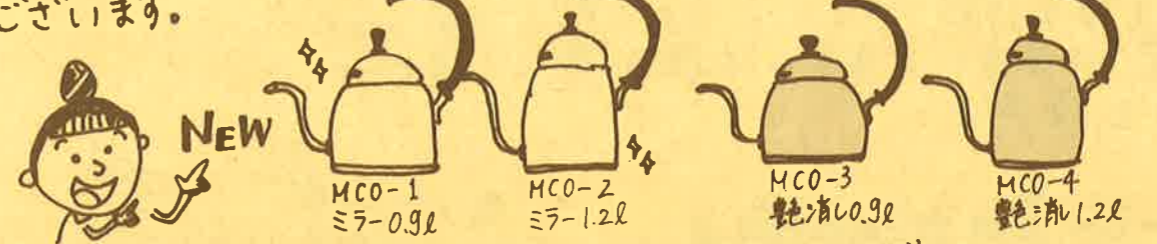
あまり聞きなれない「コーヒーの日」ですが、それもそのはず、正式に国際的に制定されたのは2015年のことだそうです。それ以前にも各国で独自にコーヒーの日が設けられていたそうですが、コーヒー豆の世界一の生産国ブラジルでは、コーヒー年度が10月にスタートすることから、国際コーヒー機関(ICO)は、「10月1日を国際コーヒーの日と制定する」と発表しました。実は、日本では独自に1983年に全日本コーヒー協会が、10月1日をコーヒーの日と設定していたそうです。日本のコーヒーの日と国際コーヒーの日が同じ日になったことから、これからもっともっと広まっていくことでしょう。

新シリーズ登場：Miyacoffee

Miyacoには前からドリッパーケトルがありました。ドリッパーケトルは、コーヒーをドリッパーするとき糸田くお湯を注ぐケトルです。(1994年秋号で紹介していました。なんと22年前のNo.9です!!) そのドリッパーケトルを

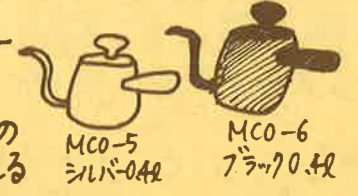
- ◎ もっと糸田く、切れのよい注ぎ口に
- ◎ 中のお湯をできるだけ残さず出しきれるように
- ◎ 中まで洗いやすくなるように
- ◎ 注いでいる時、フタの向きがどうなってもフタが落ちないように

と考えた結果、今までのドリッパーケトルが新しく生まれ変わり、ミヤコーードリッパーケトルが誕生しました。サイズは0.9Lと1.2Lの2サイズそれぞれミラーと艶消しがございます。



生まれ変わったと同時に子分のような、子どものようなシングルドリッパーも生まれました。こちらは火にはかけられません。電気ポットやケトルからお湯を移して1杯分のドリッパーに使用します。サイズは0.4Lの1サイズ、本体はシルバーとブラックがございます。

それでは、ミヤコーーシングルドリッパーとドリッパーバッグコーーを使って、コーーを1杯淹れたいと思います。(ドリッパーバッグコーーとは、ティーバッグのコーーバージョンのようなものです。カップの中にバッグをどぼんと入れるのではなく、カップにシキくような開けでセットして、その上からお湯を注いでドリッパーします。)



- ① カップにドリッパーバッグコーーをセットします。
- ② 沸騰したお湯をシングルドリッパーに入れ、①にちよちよと注ぎます。はじめは粉全体を湿らすように少量のお湯を注ぎ、20秒程蒸らします。
- ③ お湯をサシずうゆっくり注いで、適量になったら、ドリッパーバッグを引き上げます。最後まで落ちきらなくても引き上げると、雑味のないクリアなコーーに仕上がります。
- ④ 淹れたてのコーーとお菓子でひと休みしてはいかがでしょうか。



ゆっくり注げて一杯分にぴったりのサイズ 😊

お菓子の神様

今でも果物のことを「水菓子」と呼ぶように、菓子とは本来、果物や木の実を意味する言葉でした。日本書紀や古事記など古い文献によると、垂仁(すいにん)天皇の命で、田道間守(たぢまもり)が不老長寿の霊果を求めて常世国(とこよのくに)に遣わされ、10年後に持ち帰ったのが、「橘(たちばな)」。これは小さいみかんのようなもので、これによって田道間守はお菓子の神様として祭られることとなりました。

そして、この新潟県燕市の戸隠神社境内には、「菓祖社(かそじや)」というお菓子の神社があり、手に「橘」を持った田道間守が祭られています。そのお姿を拜願できるのは、年に2回の祭事の際のみです。全国でも貴重なお菓子の神様が燕市で見守ってくださっているというお話でした。



橘は、ミカンにそっくりな外見です。

▼コーヒー豆のカスの利用▼

ご家庭でレギュラーコーヒーを飲むと必ずコーヒー豆のカスが出ます。

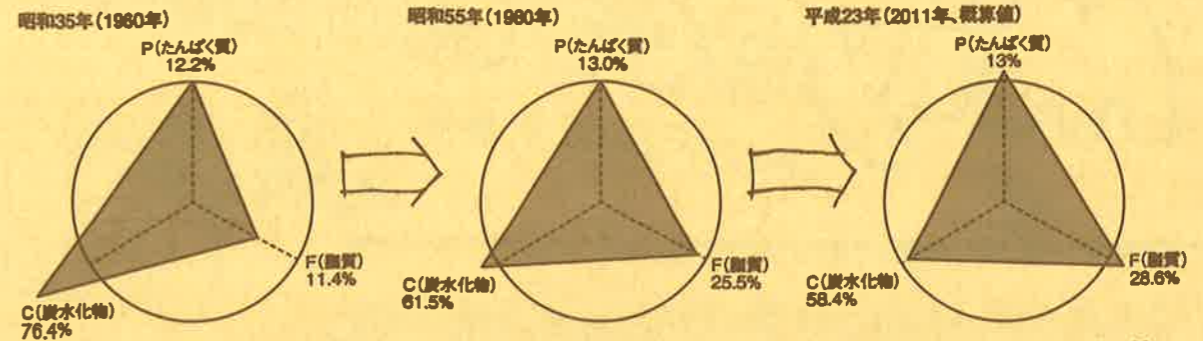
ただ捨てるのではもったいないので我が家では灰皿にのせて部屋に置いて消臭に役立っているのですが、この他にも色々使えるようですので、インターネットで見つけたものをご紹介します。

- ① 湿ったコーヒー豆のカスを皿に入れて電子レンジでチンすると電子レンジの臭いが取れます。
 - ② 生ゴミを入れる容器の中に入れて、生ゴミ臭が取れます。
 - ③ 乾燥させたコーヒー豆のカスを床にまき、ゴミと一緒に吸うと掃除機の臭いが取れます。
 - ④ ペーパーフィルターごと日当たりの良い場所で乾かし、麻ひもなどでペーパーフィルターの口を結ぶと消臭袋ができてあがりやす。冷蔵庫、下駄箱、トイレなどに置いて消臭できます。
 - ⑤ 乾燥させたコーヒー豆のカスを新聞紙に包んで靴の中へ。乾燥&脱臭剤になります。
 - ⑥ 油料理のあとの皿やフライパンに入れて洗うと、油汚れがサラサラ落ちます。
 - ⑦ 観葉植物などの金木に少し入れると害虫予防になります。家の周囲でも、アリ・ナメクジ除けにまいてください。
- (M) 捨てるどころか足りなくなりそうな勢いですね。

▼今日の食育ひとこと▼

食生活の変化は、栄養バランスにも反映されています。主食のご飯と簡単なおかずが中心だった昔の食生活から、おかずの比率が増え、1980年(昭和55年)には理想的なPFCバランス(*)と

なりました。しかし、現在では食の欧米化が進み、脂質やたんぱく質の過多になっています。前回まで紹介していました「まごはやさしい」の食材を積極的に食べて、理想的なバランスに戻していきたいと思ひます。



(*) PFCバランス: 健康を維持していく上で、特にエネルギー源となる三大栄養素、たんぱく質(Protein)、脂質(Fat)、炭水化物(Carbohydrate)の頭文字をとったPFCバランスは重要で、理想的な割合は、P=15%、F=25%、C=60%程度といわれています。

MiyacoMail掲示板

No.97 2016年秋号

ケーキやクッキー、チョコレートといったお菓子は、コーヒーとよく合います。ですが、せんべいや豆つながりのあんこを使った和菓子もコーヒーと合うと思います。お好みのブラックコーヒーと和菓子、ぜひお試しください。

さて、こんなミヤコメールですが、年4回季節ごとに発行していきたいと思ひています。もしも続けて読んでみたいという方がいらっしゃいましたら、下記の住所までおはがきにて、お名前、ご住所、お電話番号を明記の上、右下すみの希望券を貼ってお送りください。FAXやEメールでのお知らせでもOKです。ひとことご感想など添えていただけるととてもうれしいです。一度お知らせしていただければ、無料にて続けてお送り致します。みなさんのご応募心よりお待ちしております。

※ご連絡いただいた個人情報、ミヤコメール等の発送のみに利用し、お客様本人の同意なしに第三者への開示・提供することはありません。

参考HP: 全日本コーヒー協会 参考資料: 「お菓子と新潟」展資料

from. 株式会社宮崎製作所 ☎0256-64-2773(代)

〒959-1276 新潟県燕市小池上通り 4852-8

- ホームページアドレス <http://www.miyazaki-ss.co.jp/>
- Eメールアドレス info@miyazaki-ss.co.jp
- ブログアドレス <http://blog.goo.ne.jp/miyacoojgeo>