

味にこだわる4回仕込み

東沢夢工房のお母さんたちは、ふだんの農作業に加え、耕作放棄地を見つけたら、漬物に使うだいこん畑にできないかと奔走するパワーウーマン。

みそ漬の仕込みは年間を通して行っていて、全て手作業となる。みそに漬ける前に3ヶ月以上塩漬けにし、塩抜きしてから水分を抜く。その後みそに漬けるのだが、途中に入るみその入れ替えも含め、4回の漬けかえを行ってようやく商品となる。味へのこだわりからたどり着いた製法だという。



商品パッケージにはここに生息する日本一小さいトンボのハッチョウトンボをあしらった郷土のPRも忘れない。



手づくりみそ漬

価格 1袋 300円 (100g入)

- ・だいこん
- ・きゅうり
- ・なす
- ・三種詰め
- ・にんじんごぼう
- ・きくいも
- ・夢わかめ
- ・きざみミックス

3袋からの詰め合わせもあり

東沢夢工房

東置賜郡川西町大字大舟1988-4

お問い合わせ 東沢夢工房 TEL 0238-48-2435

美腹のススメ

100兆個もあるといわれる腸内細菌。体の健康には、腸内細菌に占める乳酸菌などの善玉菌の割合を増やすことが大切であり、腸内菌のバランスがとれてくると便通の改善だけでなく、コレステロールの低下や免疫力を高め、がんを予防する効果もでてくるといわれている。

乳酸菌を増やすには乳酸菌の摂取とともに、乳酸菌の栄養源となる食物繊維を同時にとることが重要である。

善玉菌を増やして腸内改善



みそ漬は腸内環境優等生



ヨーグルトの乳酸菌は有名であるが、発酵食品の味噌や漬物にも乳酸菌がたくさん含まれている。

みそ漬は、みその乳酸菌と野菜などの食物繊維が同時にとれる腸にとって優れたものの食品。

若い人にはなじみの薄い食べ物かもしれないが、美腹におすすめのみそ漬を食べてみてはいかがだろうか。

あったか母さんの 手作り漬物



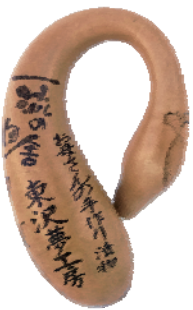
味自慢の みそ漬を伝承

気心の知れた仲間と地元で伝わる味と技を守ってきたい。川西町東沢地区のお母さんたちが地元で採れた農産物を使い、漬物の製造販売に取り組んでいる。手がけるのは平成20年に設立した「東沢夢工房」。野菜本来のシャキシャキ感と味噌の風味を大切にした製法で、保存料や添加物を使わない安心・安全な手作り商品がファンを獲得している。

メインの商品となるみそ漬は、ダイコン、キュウリ、丸ナスの単品とこれら三種の詰め合わせがある。その他、歯ごたえがたまらないニンジンやゴボウ、さらにはおにぎりに混ぜて美味しいきざみミックスは子供にも評判である。

代表の齋藤絹代さん（写真上、右から二人目）は、「みんなで話し合い、仲良く、楽しく働ける職場でありたい」と思っています。気軽に立ち寄ってお茶でも飲みながら買い物できる施設にもしたい。これからも伝統の味、おふくろの味、ふる里の味を守るためにももう少し頑張ってみたいと思います。」と今後の抱負を語る。

東沢夢工房の漬物は、東京銀座の山形県アンテナショップ「おいしい山形プラザ」に出品しているほか、米沢市のヨークベニマル成島店、米沢市役所前の愛菜館、新田ファーマーズマーケット、肉の齋藤（川西町）、JA川西支店前で開催されるこまつ市や置賜総合支庁前でのおもしろいな市、道の駅田沢などで販売している。



地元の方から東沢夢工房に寄贈されたひょうたん細工