

## ムソーからのお便り VOL.137

開発ストーリー

# 〈ムソー〉有機ごま塩

### 永平寺の修行僧の朝食は

炒った黒ごまと焼き塩を混ぜた「ごま塩」。お赤飯や幕の内弁当のご飯に振ってあるとちょっとうれしいけど、ふだんは忘れてる…かもしれません。でもこの「ごま塩」、とても大切な調味料なのです。

曹洞宗の大本山 永平寺の修行僧の朝食は、おかゆと漬物と、たっぷりのごま塩。道元禅師が永平寺を開山した鎌倉時代からずっと変わっていません。ごまは、精進料理で不足しがちな脂質やたんぱく質を補ってきました。そのごまは、炒ってからよくすり潰して使うのがよい、とされています。ごまは殻が硬いので、粒のままでは消化吸収がよくないことを、道元禅師はご存知だったのでしょうか。

厳しい修行に打ち込む修行僧の心身をおよそ800年間ささえてきた、おかゆとごま塩。流行りすたりに左右されない伝統食の重みを感じます。

### 玄米食に欠かせない、 正食のごま塩

正食におけるごま塩は「食養」でもっとも重要するもので、玄米の消化を助けるために、必ずひとさじ振って食する常備食です。正食の



教えでは、「玄米の活力を最大限に引き出す」「カルシウムに富み、ホルモンバランスを整えて、解毒をしてくれる」「微量の栄養素が生命維持に働き、造血してくれる」「玄米に含まれるフィチン酸によるカルシウム流失を補填する」とされています。

正食のごま塩は必ず、黒の洗いごまを炒ったものと、伝統海塩を炒ったものをすり合わせます。塩の微粉末の一粒一粒を、ごまが包んだ状態を「中に△(陽)を秘め、外を▽(陰)で包む」と表現します。心静かに姿勢を整えて

すり鉢に向かうごま塩作りは、奥が深い手仕事です。

### ごま塩の良さを、お手軽に

手作りが難しい方にも、ごま塩の良さを伝えるべく、ムソーは2012年8月に「有機ごま塩」を発売しました。ボリビア産の有機黒ごまを丹念に炒って丁寧にすり潰し、伊豆大島の伝統海塩を焼き塩にした「海の精やきしお」をブレンドした品です。正食のごま塩はごまと塩の割合が8:2ですが、この商品は「塩分控えめのごま塩がほしい」というご要望に応えて、塩分10%(重量比)のまろやかな味です。

一般のごま塩は、塩を顆粒に加工するための澱粉、充填性をよくするデキストリン、味を濃く感じさせる調味料(アミノ酸等)などが使われる場合がありますが、ムソーのごま塩は黒炒りごまと焼き塩のみ。正食の伝統を守り、すりごまを使っているため消化がよく、しっとりして、ごまの風味・香りが豊かです。

●ムソー商品部・加藤緑  
(正食クッキングスクール2017年度秋期師範科コース修了)



ムソーの有機ごま塩を次のページで紹介します

# 塩分約10%、まろやかな 有機ごま塩

ボリビア産の「有機黒ごま」をじっくり炒って丁寧にすりあげ、「海の精やきしお」をブレンドしました。  
黒すりごまの素朴で力強い味わいと海の精やきしおのまろやかさが引き立つ、しっとりタイプ。  
普段使いしやすいように、塩分は約10%（重量比）と控えめです。

21306 〈ムソー〉

## 有機ごま塩

玄米ごはん・雑穀ごはん・赤飯などのごはん類や、玄米がゆ・小豆がゆなどに。和え物にふりかけたり、サラダや天ぷらなどにも合います。〈50g〉

**281円** (税込価格) **260円** (本体価格)

- 単品JAN：4978609213069
- 入数(発注単位)：50(1)
- 原材料：有機黒ごま(ボリビア産)、食塩
- アレルギー…なし
- 賞味期限…6ヶ月
- 遺伝子組み換え…M

【9月上旬頃パッケージ変更】  
ムソーブランド商品の新ブランド  
ロゴ・ブランドルールによるデザイン  
変更です。



## 正食のごま塩の作り方

作る時は腰に力を入れて背筋を伸ばし、姿勢を整えます。静かな心で。

黒ごま：伝統海塩＝8：2

ごまは必ず黒の洗いごま、塩は伝統海塩を使用する。

①塩は色づくまで炒り、すり鉢に入れて粉になるまで力強くする

※塩の結晶は力強く、すり鉢の中心に向かってすり込む。



②黒ごまを香り良く炒って①に入れ、軽くする。

※ごまは、すり鉢の側面に沿ってすりこぎで下から上へとすっていく。



20873 〈ムソー〉  
有機あらいごま・黒  
〈80g〉  
**238円** (税込価格)  
**220円** (本体価格) 



10417 〈海の精〉  
海の精・あらしお  
〈240g〉  
**648円** (税込価格)  
**600円** (本体価格)



はじめよう!

# 種がつながる 家庭菜園

## ● ナチュラルライフ ステーション・中西隆則さんに訊く

「有機種子/国産・自然農法種子」の企画販売を担うナチュラルライフ ステーションの母体は、1933年の創業以来、玄米食・自然食の普及啓発に取り組んできた(株)大王商会です。最新の動向をお聞きました。

### 巣ごもり需要で、家庭菜園が世界的なブームですね。

長くなった“おうち時間”を充実させたい、とガーデニングや家庭菜園を始める方が急増。弊社でも、2020年の種子の売上は前年対比200%、2021年春夏蒔きも好調でした。ベランダや室内でも楽しめる「たためる布プランター」も人気です。



たためる布プランター

土いじりの楽しさを知り、採れたて野菜のおいしさにハマったみなさんは、コロナ禍が去っても、リピーターになるでしょう。有機種子/国産・自然農法種子は、「せっかく家庭菜園で農業を使わずに育てるのだから、種の安全にもこだわりたい」「一代限りのF1種ではなく、生命がつながる固定種の野菜を食べたい」と

考える、健康志向・自然志向のファミリーに支持されています。

### 育てやすく料理しやすい、国産の種が人気です。

2011年4月に販売を始めた有機種子は、イスラエルの「ジェネシスシード社」製です。同社は世界的有機種子メーカーで、その種は国際的な有機認証を受けた有機種子。希少な種であり、バラエティ豊かな野菜が楽しめますが、やはりヨーロッパ市場を意識した品ぞろえです。

「もっと親しみ深く、育てやすく、料理しやすい野菜の種がほしい」というお声を受けて、F1種が主流な日本において、国産で・希少で・なおかつ安全安心な種子を探し始め、2017年春から国産自然農法種子の本格販売にこぎつけました。

国産自然農法種子は、公益財団法人自然農法国際研究開発センターの農業試験場(長野県松本市)で育成・採種された種です。自然農法なので、基本的に施肥は行わず無肥料です。作物本来の強さとおいしさを引き出すために、草生栽培(少肥料かつ常に緑肥や雑草との競合がある条件)が基本です。

少肥でも必要な生長を確保でき、作りやすく収量性もあり、食味の良い系統を

繰り返し選抜しています。自然農法で育成・採種された種は、旺盛でストレスにも強く、生命力に溢れています。

### 秋冬蒔きの魅力を教えてください。

秋蒔きの園芸期間は、春蒔きと比べて短いです。涼しくなると葉物野菜につく虫が減るので、初心者でも成功率が高いです。また、根菜は収穫を長く楽しめます。野菜を育てて、料理して食べるところまで家族みんなで取り組んでほしいですね。

### 一番人気の種は？

通年ではニンジン、小松菜、ミックスグリーンが人気です。エスニック料理の必須ハーブ・コリアンダーもよく売れます。ふじ宮根大根は秋冬限定です。

袋に簡単な説明がありますが、用土・植え付け・水やり・追肥・収穫・管理栽培のポイントなどを、ホームページ <http://organicseeds.jp> の商品紹介ページ「育て方をみる」で詳しくご説明しています。カラーチラシとして印刷できるので、お店でもお役立てください。

8/25(水)～10/15(金)までの限定販売

カラーチラシをご覧の上、「有機種子ご注文書」でご注文ください。

## ナチュラルライフ ステーションの有機種子・園芸用品(2021年秋冬蒔き)



# 9月21日(火)は 中秋の名月

昔は旧暦の7月を初秋、8月を中秋、9月を晩秋といいました。なかでも中秋の名月は最も月が美しく明るいとされ、特別に「十五夜」と呼びました。旧暦の時代、日本人は月の満ち欠けでおおよその月日を知り、農事を行いました。十五夜は収穫を感謝する初穂祭の意味があります。十五夜には満月のように丸いお団子を供え、魔除けの力があるとされるすすきを飾ります。



## 粉屋が作る月見団子

87871 (岩手阿部)

**十五夜だんご** 冷凍

スポット企画

国産のうるち米を胴搗き製法で丹念に搗いた上新粉を使って、歯切れのいいコシのあるお団子を作りました。中には北海道小豆の粒あんが入っています。別添で北海道大豆を使用したきな粉が付いています。〈12個入〉

**594円** (税込価格) **550円** (本体価格)



○JAN : 4970295423005 ○入数(発注単位) : 24(1)  
 ○原材料 : だんご[つぶあん(小豆(国産)、砂糖、還元水あめ、食塩)、上新粉、砂糖、山芋加工品(還元水あめ、大麦粉、食塩、山芋粉)] 添付きな粉[大豆(遺伝子組換えでない)]  
 ○アレルギー…大豆 ○賞味期限…1年 ○遺伝子組み換え…F

## お彼岸の「おはぎ」

87872 (岩手阿部)

**おはぎ** 冷凍

スポット企画

国産もち米を原料とした道明寺粉を使用した生地と北海道産小豆の粒あんを使用したおはぎです。道明寺粉ならではの上品な食感をお楽しみいただけます。

〈(6個)300g〉

**713円** (税込価格) **660円** (本体価格)



○JAN : 4970295023014 ○入数(発注単位) : 18(1)  
 ○原材料 : つぶあん(小豆(国産)、砂糖、還元水あめ、食塩)、道明寺粉、砂糖、食塩  
 ○アレルギー…なし ○賞味期限…1年 ○遺伝子組み換え…F

※ご注文は別紙「冷凍DEグルメ注文書」をご利用ください。 ●出荷開始日:8月25日(水) ●注文締切:9月14日(火)  
 ●受注単位:各商品取り合わせて合計30個以上でご注文ください(冷凍DEグルメ商品も混載可能です)

## マクロビオティック 三色おはぎ

玄米ごはんをすり鉢に入れ、塩を加えてよくつき、丸めます。かぼちゃあん(蒸して裏ごし)、黒ごま衣(炒ってすり、醤油を少々)、きな粉衣(きな粉に塩少々)を周りにつけて仕上げます。  
 (画像提供: 正食協会)



21820 <みよい>  
**有機うらごしかぼちゃ**

<200g> JAS  
**648円** (税込価格) **600円** (本体価格)  
 ※9月中旬頃、新物で再開予定です



20788 <ムソー>  
**有機しっとり**

**すりごま・黒**  
 <80g> JAS  
**367円** (税込価格) **340円** (本体価格)



20939 <ムソー>  
**国内産有機きな粉**

<120g> JAS  
**346円** (税込価格) **320円** (本体価格)



無添加・おいしい・お手頃価格

# 北海道産秋鮭の荒ほぐし身

ごはんのお供に、お弁当に、お浸しのトッピングに…大人も子どもも大好きな、鮭のほぐし身。無添加でおいしくて、価格もお手頃な品ができました。

リンクステーション(札幌市北区)は、北海道の食材を活かした商品開発と流通に取り組む会社です。テーマは健康、安心、安全。代表の高橋健治さんが農場や加工場を訪ね、生産者とともに



勉強を重ねて、函館沖の真イカのスルメ、道産昆布の加工品、名寄産ひまわりオイル、十勝産大豆の納豆などを世に出してきました。鮭のほぐし身は1年半ほど前に誕生、同社が運営する自然食品店「おいで屋(江別市)」でも、この鮭ほぐしを具にしたおむすびが人気だそうです。

製造は、創業以来鮭一筋の老舗、小林商店(根室市)が担います。主役の鮭は、根室近海で水揚げされた新鮮な秋鮭の中から、適度に脂ののったものを限定使用。流水で半解凍した原魚を蒸煮し、食感が残るように手作業で粗くほぐしながら骨や皮を除いてから、なたね油、食塩、清酒だけで味付けします。

なたね油はムソーの国産なたねサラダ油、しっとり感と喉越しのよさのた



めに少量使います。食塩は、オーストラリア産天日塩に知床・羅臼の海洋深層水のにがり成分を溶かして再結晶化した「ラウシップ」、塩カドのないまろやかに高橋さんが惚れ込んだ塩です。清酒は純米酒、くさみ消しと殺菌のために使います。着色料・保存料などの食品添加物はもちろん、化学調味料もエキス類も不使用です。

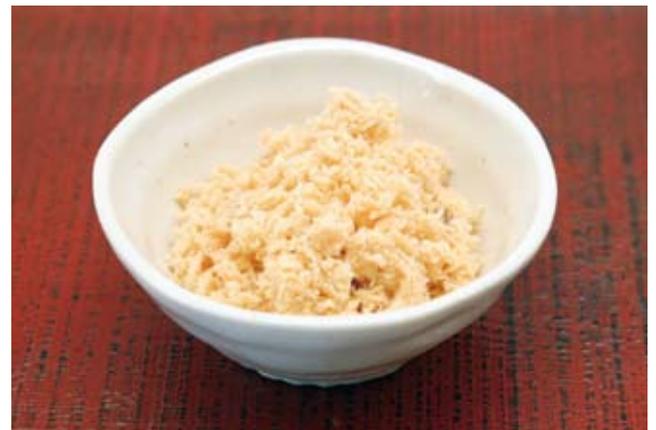
## 22375 (リンクステーション) 秋鮭荒ほぐし身

<80g>  
691円(税込価格) 640円(本体価格)

- JAN : 4560372866131
- 入数(発注単位) : 12(1)
- 原材料: 鮭(北海道産)、なたね油、食塩、清酒
- アレルギー…なし
- 賞味期限…1年 ○遺伝子組み換え…F

8月25日発売

New



鮭フレークとコーンの  
混ぜご飯



鮭フレークとほうれん草の  
豆乳クリームパスタ



鮭フレークトースト・  
マヨネーズ風味

# 今月の 新商品 & リニューアル

## アレルギー

乳・卵・小麦・そば・落花生・えび・かに・大豆を使用しているものについて記載します。

## 遺伝子組み換え

遺伝子組み換え原料の分別状態について「M・F・N・S・無」で記載します。各マークの意味は、ムソー商品カタログP3をご参照ください。

## 新商品

### 徳島で愛される味

11096 〈かねこ〉

8月25日発売

### 有機米みそ

有機原料にこだわり、有機国産(滋賀県産・熊本県産)の米、有機国産(北海道産)の大豆を使用し、丁寧に仕込んだ御膳みそ。味・香り・甘みと旨みがあります。〈750g〉

1,296円(税込価格) 1,200円(本体価格)



○JAN: 4901318006110 ○入数(発注単位): 6(1)

○原材料: 有機米(国産)、有機大豆(国産)、食塩 ○アレルギー…小麦、大豆 ○賞味期限…6ヶ月 ○遺伝子組み換え…F



御膳みそは徳島名産の味噌です。江戸時代、独自の製法によりつくられた味噌は、香り・風味ともすばらしく蜂須賀公の御膳にも供されました。このことから「御膳味噌」の名がついたといわれています。

## 新商品

### 黒豆を蒸した、ほの甘おやつ

21659 〈だいずデイズ〉

9月1日発売

### ほの甘くるまめ

コウノトリ育む農法で栽培された兵庫県産の黒豆を蒸して、ほんのり甘く味付けしました。おやつやスイーツのトッピングにも。〈45g〉

270円(税込価格) 250円(本体価格)



○JAN: 4560438830489 ○入数(発注単位): 10(1)

○原材料: 黒大豆(兵庫県産、遺伝子組み換えでない)、砂糖、食塩 ○アレルギー…大豆 ○賞味期限…180日 ○遺伝子組み換え…F



コウノトリ育む農法とは、コウノトリの野生復帰に取り組む兵庫県但馬地域で、コウノトリの餌場となる水田を増やすことで、人と自然が共生する豊かな環境を目指した自然農法です。

## 新商品

### 石けん成分のみの洗浄剤

気になる時に気軽に使える、ふき取りタイプのスプレー式洗浄剤です。99.9%除菌(※1)、99.99%以上ウイルス不活化(※2)。

※1: 全ての菌を除菌するわけではありません  
※2: 全てのウイルスを不活化するわけではありません

9月1日発売

63534 〈シャボン玉〉

### ふきふきせっけん バブルガード本体

〈300ml〉 880円(税込価格) 800円(本体価格)

○JAN: 4901797034147

○入数(発注単位): 20(1)

○成分: 純石けん分(脂肪酸カリウム)



63535 〈シャボン玉〉

### ふきふきせっけん バブルガード詰替え

〈250ml〉

572円(税込価格)

520円(本体価格)

○JAN: 4901797034154

○入数(発注単位): 30(1)

○成分: 純石けん分(脂肪酸カリウム)



香料・アルコール・合成界面活性剤不使用。石けん成分のみのシンプル処方、手肌にやさしく、家族みんなで使えます。アルコールだけでは落ちない汚れもすっきり洗浄します。

国産本葛使用 高野山ごまとうふ

葛でん粉使用から国産本葛使用にグレードアップ。  
黒ごま豆腐、金ごま豆腐にはいりごまを追加して風味よく仕上げました。

8月25日発売

- ◎ごまをすり潰し搾り出してじっくりと練り上げる、高野山に昔から伝わる製法
- ◎同社廉価版(ごまペースト使用)の2倍程度のごま原料を使用、濃厚なごまの風味が味わえる
- ◎もっちりした食感、なめらかな舌触り、口溶けのよさが魅力 ◎国産本葛使用、加工でんぷん不使用
- ◎レトルト殺菌してあるので、常温保存が可能(賞味期限90日)

21943 <聖食品>

高野山  
ごま豆腐白

あっさりとした白ごまの風味豊かなおいしさ。  
<120g>

162円(税込価格)

150円(本体価格)

○JAN: 4969076602197

○入数(発注単位): 10(1)

○原材料: ごま(輸入)、甘藷でん粉、いりごま、本葛

○アレルギー…なし ○賞味期限…90日

○遺伝子組み換え…M



21944 <聖食品>

高野山  
ごま豆腐黒

香ばしい黒ごまの風味豊かなおいしさ。  
<120g>

162円(税込価格)

150円(本体価格)

○JAN: 4969076602203

○入数(発注単位): 10(1)

○原材料: 洗いごま(国内製造)、甘藷でん粉、いりごま、本葛

○アレルギー…なし ○賞味期限…90日

○遺伝子組み換え…M



21945 <聖食品>

高野山  
金ごま豆腐

芳しい金ごまのkok深  
いおいしさ。  
<100g>

162円(税込価格)

150円(本体価格)

○JAN: 4969076602210

○入数(発注単位): 10(1)

○原材料: 洗いごま(国内製造)、甘藷でん粉、いりごま、本葛

○アレルギー…なし ○賞味期限…90日

○遺伝子組み換え…M



21946 <聖食品>

高野山  
ごま豆腐

ごま本来の風味と味わ  
いをアルミ袋に閉じ込  
めました。<140g>

270円(税込価格)

250円(本体価格)

○JAN: 4969076602227

○入数(発注単位): 30(1)

○原材料: ごま(輸入)、甘藷でん粉、いりごま、本葛

○アレルギー…なし ○賞味期限…90日

○遺伝子組み換え…M



変更点

仕様(配合変更、原材料の規格変更)、パッケージデザイン、栄養成分表示、新法対応表示、商品コード、JANコード、商品が変更となります。  
※「21731(聖食品)高野山ごまとうふ・白120g」「21732(聖食品)高野山ごまとうふ・黒120g」「21733(聖食品)高野山金ごまとうふ100g」「21734(聖食品)高野山ごま豆腐140g」は、8月以降在庫なくなり次第終売となります。 ※価格、内容量、入数に変更はありません。

だし昆布、煮物昆布

7月26日発売済み

22196 <日本海物産>

北海道産・天然利尻昆布

道北地方でとれる天然の利尻昆布。上品なだしがと  
れます。保存しやすいチャック付き袋入り。<60g>

918円(税込価格) 850円(本体価格)

○JAN: 4963805117075 ○入数(発注単位): 20(1)

○原材料: 昆布(利尻産) ○アレルギー…なし ○賞味期限…1年

○遺伝子組み換え…M



22274 <道南>

日高昆布

日高地方でとれる天然の日高昆布。煮崩れしにく  
いので煮物に最適です。昆布巻や佃煮にも。<80g>

864円(税込価格) 800円(本体価格)

○JAN: 4900378307496 ○入数(発注単位): 20(1)

○原材料: みつし昆布(北海道日高産) ○アレルギー…なし

○賞味期限…365日 ○遺伝子組み換え…M



ムソー担当者から



中止となった「22212(ムソー)利尻昆布60g」「22214(ムソー)きざみだしこんぶ70g」の代替として  
22196を、「22213(ムソー)日高昆布80g」の代替として22274をご用意しました。

農産担当・加藤の

今月の  
イチオシ

IoTを駆使、育てるところに手間隙かける

ふしちゃんファーム・伏田直弘さん (茨城県つくば市)



今年で43才になる伏田直弘さん。大学・大学院で農業経営学を学び、大手外食チェーンなど食や農業に携わる仕事を経て、7年前に一農家として独立しました。独立当初から有機農業を行う！という信念を持ち、高品質の有機小松菜や有機ほうれん草を届けてくれています。

IoT(モノのインターネット)を駆使して負担を減らし、効率的かつ先進的な農業を実践。機械ができることや得意なことは機械に頼み、人の目や手でなければいけないところはしっかりと手をかける流儀で、安定した品質とお届けを実現して

います。

「うちの野菜はどうしても高くなるから、なかなか理解してもらおうが大変」とおっしゃいますが、実際に一つ一つに掛かるコストやリスクを考えると、決して高くはないのが本当のところ。「価格に見合う品質をお届けしたい。だからこそ、育てるところには惜しみなく手間も暇もかけます」。確かにいつ届けてくれても、しっかりと厚みある葉肉で見た目も自然な緑色。見るからにおいしい野菜ばかりです。

若さもありパワフルながら、しっかりと将来を見据えて農業に取り組む伏田さん。つくば市



【栽培品目】年間を通して小松菜、ほうれん草、ロメインレタスなど

は天気が荒れやすく、営農にはなかなか困難な場所でもありますが、その困難をはねのける

元気を見せてくれる農家さんです。(ムソー商品部・加藤緑)

ムソーブランド  
根掘り 葉掘り

10763 &lt;ムソー&gt;

野菜でうまみ&lt;食塩不使用&gt;

&lt;3.5g×6&gt;

378円(税込価格) 350円(本体価格)

○原材料：でん粉分解物(国内製造)、酵母エキス、粉末野菜(玉ねぎ、人参、キャベツ、白菜、セロリ)、甜菜糖、馬鈴しょでん粉



2014年4月新発売しました、食塩不使用タイプの野菜ブイヨン「ムソー野菜でうまみ」。すでに販売していた人気商品「野菜のおかげ」は塩味がしっかりとついていたため、食塩不使用タイプのご要望をたくさんいただいたことから誕生しました。

野菜でうまみは、食塩、醤油、

香辛料(胡椒、ガーリック)を使っていないため、優しくやわらかな味わいなので、日ごろから塩分を気にされている方におすすめです。また、お子様の成長に合わせて少しずつ塩味の調整が必要な離乳食づくりにもぴったりの調味料です。

(ムソー商品部・井崎友里)

パッケージ  
変更済

ムソーブランド商品の新ブランドロゴ・ブランドルールに則り、従来のデザインを活かしつつ、7月よりパッケージの一部を変更いたしました。

## ムソー商品カタログ

2021~2022



最新版

どちらも8月下旬に完成する予定です。  
どうぞご期待ください。

ムソー冷蔵食品・冷凍食品・  
デイリーフーズカタログ

2021~2022



最新版

ムソーホームページでも簡単検索!

取扱商品紹介コーナーで約1400アイテムをカテゴリー別に掲載し、新商品情報も随時更新中。商品コード、商品名で検索でき、各品の原材料、アレルギーマーク、商品説明と詳細、食べ方、使用方法などをご覧いただけます。

ムソーホームページ <https://muso.co.jp>

Macrobiotic Facilitator

飛田 ムソー株式会社

TEL: 06-6945-0511 FAX: 06-6946-0307

〒540-0021 大阪市中央区大手通2丁目2番7号 <https://www.muso.co.jp>f ムソー公式Facebookページ <https://www.facebook.com/MUSOcorp/>