

「ポロタン栗」と「オリーブ」 東松山市の新たな特産品を 目指して

郷土学部 A班



メンバー (◎：リーダー ○：サブリーダー)

後列

中井顕成 本郷初江 青木 茂 山口一郎 ◎新井英夫

前列

大谷秀夫 ○遠藤永子 渡邊登志子 板倉久美子 ○大山恵里子

目次

I まえがき

- 1 テーマの設定
- 2 主な活動
- 3 ポロタン栗・オリーブ栽培の歴史とその効能

II ポロタン栗の利用

- 1 料理・お菓子 栗蒸し羊、パンコッタ、中華あんまん、カップケーキ
マングラッセ、いがぐり君、焼き栗、すまんじゅう、栗ご飯
- 2 お茶
- 3 染物

III オリーブの利用

- 1 料理 南仏風鶏肉とニンニクのオリーブオイル煮
かつおのカルパッチョ風
タコとトマトの冷たいサラダ、カナッペ
- 2 お茶
- 3 染物
- 4 石鹸
- 5 お酒

IV まとめ

I まえがき

1 テーマの設定

私達のまち東松山市の農業は、高齢化や後継者がいないなどの理由で耕作放棄地が増加しています。

そこで市は、耕作放棄地の有効利用のため、草刈りなどの作業が少なく収穫作業が容易なポロタン栗とオリーブに着目し、都幾川沿いの耕作放棄地で栽培を始めました。

栗は、ポリフェノールの含有量が多く老化防止に役立ち、オリーブは、付加価値が高く健康によいとされ、今後需要が増加すると見られている食材です。また市では、収穫されたポロタン栗とオリーブを使用した新たな特産品作りを目指しております。

そこで私達の課題研究は、ポロタン栗とオリーブにはどのような利用方法があるかを勉強することにしました。

そして、研究成果を地域社会に還元出来ると考え、私達の課題テーマとしました。

2 主な活動

月	日	活 動 内 容
2月	19日(水)	出前講座「農を活かす・農を味わう・農を楽しむ」を受講
	27日(木)	テーマを仮称「東松山の新たな農産物を目指して ポロタン、オリーブ」に設定する。
3月	12日(木)	課題研究時間でポロタン・オリーブの実を試食し商品を知る。
	27日(木)	各自、ポロタン・オリーブがどのように利用出来るか調べ、利用方法を発表する。
4月	10日(木)	下唐子地内のポロタン・オリーブ農園を見学
	〃	武蔵丘短期大学永島先生のポロタンの菓子作り実習を受講
	17日(木)	課題研究の担当者別役割を決定
5月	29日(木)	オリーブの葉でお茶を作り試飲する。 オリーブオイルで石鹸を作る。
6月	19日(木)	川越プリンスホテル飯野元調理長よりオリーブオイルを使用した料理実習を受け、試食をする。
7月	10日(木)	高坂のすまんじゅうをつくる会の方々よりポロタン栗を入れた、すまんじゅう作りの講習を受け試食をする。
	13日(日) ～ 14日 (月)	香川県小豆島にオリーブ農園とオリーブのショップを見学する研修旅行を実施する。
9月	4日(木)	ポロタン・オリーブの葉を利用した染物実習をする。
	25日(木)	ポロタン栗を使った料理とお菓子の調理実習をする。 オリーブの実を使用したオリーブ酒造りを実施する。
10月	23日(木)	課題研究のまとめ作業をする。
11月	6日(木)	オリーブで作ったお酒の試飲をする。
	15日(土)	第32回東松山市農業祭に参加し、ポロタン栗、オリーブの加工品等の展示とオリーブ茶、焼き栗の試食試飲の提供



2月19日

出前講座を受講する。ポロタン栗やオリーブの生産で耕作放棄地の有効活用し、新しい市の特産品を作り、農業を活かす取り組みを勉強しました。



4月10日

東松山市の事業で行っているポロタン、オリーブ農園をグループメンバー全員で見学に行きました。

ポロタン、オリーブ農園は都幾川沿いの元は耕作放棄地で3ha、栗が700本、オリーブが200本植えられています。



4月10日

ポロタン・オリーブ農園見学後、武蔵丘短期大学永島先生にポロタン栗を使用したお菓子作りを指導して頂きました。



5月29日

オリーブの葉を利用したお茶作りとオリーブオイルを使用した石鹸作りをしました。



6月19日

川越プリンスホテル調理の協力でオリーブオイルを使用した調理実習を行い、調理後皆で試食をしました。

専門家の料理をする手際の良さも勉強でした。



7月10日

高坂のすまんじゅうをつくる会メンバーの方と、地元で以前から作られてきた、すまんじゅう作りの実習を行いました。

すまんじゅうの中にポロタン栗を入れた饅頭作りをして、出来たてを皆で試食しました。

一味違い美味しかったです。



7月13日～14日

郷土学部有志でオリーブで有名な小豆島研修旅行を行いました。

オリーブ農園やショップなど、オリーブに関係するいろいろな施設を見学しました。



9月4日

ポロタン栗とオリーブの葉を使用した染色を行う。

鍋で葉を煮出して布を入れ染色を行うと、オリーブの葉はきれいな黄色、ポロタンの葉は落ち着いた茶色に染まりました。



9月25日

ポロタン栗収穫の季節！ポロタン栗を使った栗ごはんやお菓子などを作り、皆で試食をしました。

素朴なポロタン栗の焼き栗や栗ごはんは、大変美味しかった。

3 ポロタン栗とオリーブの栽培の歴史と効能

ポロタン栗（ぼろっと！むける不思議な栗「ポロタン」）



ポロタン栗は、1991年茨城県つくば市の農林水産省果樹試験場において「森早生」×「改良豊玉」×「国見」に「丹沢」を交配し、その実生の中から選別・育成された和栗の一種で、渋皮がつるつと綺麗に剥けるという画期的な特徴を持った品種として、2007年に品種登録されました。

ポロタン栗の果実は和栗の中でも大きめで30g前後あり、表皮は赤みを帯びた茶色、中国栗の渋皮が剥きやすいということは天津甘栗を食べたことのある人は良く分かると思いますが、ポロタン栗の最も大きな特徴は、日本栗なのに加熱すると渋皮が剥きやすいということです。

甘さを強くする氷温貯蔵、ポロタン栗は収穫してすぐは糖度が3～4%程しかなく甘みが少ないのですが、氷温で1～2ヶ月貯蔵することで糖度が2倍以上になり、とても甘くなるとされています。

オリーブ

中近東・地中海沿岸・北アフリカが原産と考えられ、常緑性の高木です。人類との関わりは非常に古く、クレタ島では紀元前3000年頃に栽培されていたと言われており、寿命の長い樹で樹齢3000年を超える木もあるそうです。



日本で現存する最古のオリーブは神戸の原川湊川神社と伝わり、明治11年にフランスから持ち込まれたものです。

オリーブオイルは料理・スキンケア・掃除等に使える万能オイルで、健康と美容に良い効能があります。

- ①オレイン酸による免疫力の向上・ダイエット効果・抗酸化作用・整腸作用
- ②ポリフェノールによる抗酸化作用
- ③ビタミンEによる老化予防効果
- ④クロロフィルによる美肌効果

その他、ガン抑制効果・リュウマチ予防効果・白髪等、身体の内側と外側から使える優秀なオイルです。

下唐子のオリーブ園で栽培する品種はルッカ・マンザニロ・ミッション・ネバティロブロンコの4品種です。

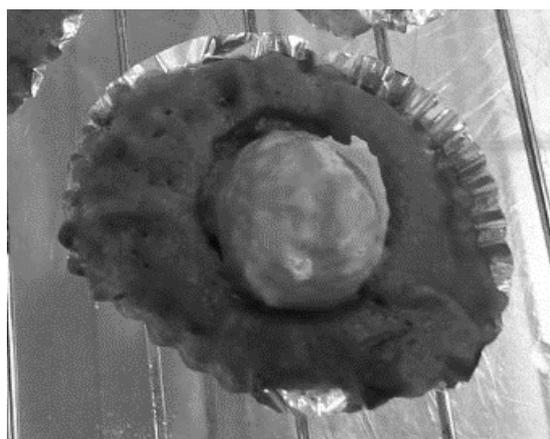
マンザニロ・ミッションは収穫してオイルなどに加工するために栽培されています。また、ルッカ、ネバティロブロンコの2品種は受粉のために栽培されています。

II ポロタン栗の利用

1 栗蒸し羊羹

材料 6個分

ポロタン(栗)	3個
こしあん	200g
薄力粉	20g
片栗粉	5g
上白糖	20g
塩	1g
ぬるま湯	40~50ml



作り方

- ① ボールに、あん+薄力粉+片栗粉+砂糖+塩を入れ、よく混ぜる。
- ② 少しずつ、ぬるま湯を入れ、生地をまとめる。
- ③ アルミカップに①を練ったものの上にポロタンをのせ蒸し器で15分蒸す。
- ④ 冷ます(一日置いた方がおいしい)。

コメント

栗蒸し羊羹は、ポロタン栗の大きい・むき易いと言う特性を生かした美味しいお菓子。

2 パンナコッタ

材料 7個分

牛乳	180ml
グラニュー糖	25g
バニラビーンズ	1/4本
ゼラチン	5g
水	30ml
生クリーム	120ml
ポロタン(ペースト)	
容器(60ml)	7個



作り方

- ① 鍋にゼラチン+水を入れ、吸水させる。
- ② 別鍋に牛乳+砂糖+細かく切ったバニラビーンズを入れ、80℃に温める。
- ③ ②を濾して、①に入れ、よく混ぜる。
- ④ ③に生クリーム(ブランデー少々)を入れ、混ぜたのち1/2量を型に流し冷蔵庫で固める。
- ④ 栗ペーストを薄くのばし、④の上へのせ、残りのミルク液を流し、再び冷蔵庫で冷やす。

コメント

パンナコッタは、栗を剥く過程で壊れたものをペーストにして使用するお洒落な菓子

3 中華あんまん

材料 12個分

あんまんの皮

強力粉	50g
薄力粉	50g
グラニュー糖	25g
ドライイースト	2.5g
B.P. (ベーキングパウダー) 小さじ	1/2
塩	小さじ 1/4
ラード	大さじ 1/2
卵白	1個
ぬるま湯	125~140ml

あん

こしあん	150g
黒ゴマ	大さじ 2
ラード	大さじ 2
経木	12枚



作り方

- ① ボールに粉類+グラニュー糖+B.P.+イーストを入れ、よく混ぜる。
- ② 真ん中をくぼませ、泡立てた卵白、ラードを加え、さらに混ぜる。
- ③ ②に水を少しずつ加え、湯煎(60℃)にして、生地を発酵させる。
- ④ あんはごまを炒り、すり鉢でつぶし、こしあんを加えてさらに練る。
- ⑤ 鍋にラードを溶かし、④を加えて、さらに練る。
- ⑥ ⑤を12等分する。
- ⑦ ③が膨らんだら、たたいて丸め、12等分する。
- ⑧ ⑦の中に⑥、ポロタンを入れ、包み込む。
- ⑨ ⑧に経木をひき、蒸し器で強火で15分蒸す。

コメント

中華まんじゅうは、栗を中に入れないで上に乗せ季節感を出した方が良く思う。



1 栗蒸し羊羹 2 パンナコッタ 3 中華あんまんのレシピは武蔵丘短大調理学研究室提供

4 和栗のフィナンシェ風（焼き菓子的一种）ケーキ

(1) ペーストを作る

材料

ポロタン(生栗)	500g
砂糖	適量
水(牛乳)	150cc



作り方

- ① ポロタンに切れ目を入れ、沸騰した鍋で3分間ゆでてざるにあげ、熱いうちに皮をむく。(やけどに注意)
- ② 皮をむいたポロタンの重さを量り15~20%の砂糖を用意する。
- ③ 小鍋にポロタン、砂糖、水(牛乳)を入れマッシャーで、ポロタンをつぶしながら全体を混ぜ弱火で5分程度加熱しながらよく練る。熱いうちに裏ごしをする。

(2) ペーストを使い和栗のフィナンシェ風ケーキを作る

材料：(ガレット型：10個分・・・1個40g)

☆薄力粉	40g
☆ペーキングパウダー	小さじ1/2
☆アーモンドプードル	40g
★栗のペースト	150g
★バター	60g
砂糖	30g
はちみつ	20g
卵黄(L玉)	2個
ラム酒	大さじ1
牛乳	40cc



作り方

- ① ☆の粉類は合わせてふるっておく。
- ② ★の栗のペーストとバターは室温に戻しておく。
- ③ 栗のペーストとバターをゴムべらで、少しずつ練り混ぜ合わせる。バターが、ダマにならないよう丁寧に。(なめらかなペースト状に)
- ④ 砂糖、はちみつを加え均等に混ぜ合わせる。
- ⑤ 卵黄を加え混ぜ合わせ、ラム酒を加え混ぜ合わせる。
- ⑥ 合わせてふるっておいた粉類を一度に加える。
- ⑦ のの字を描くように切り混ぜる。ダマがのこらないよう、全体をなめらかに。(多少粘りが出るのは大丈夫)
- ⑧ 牛乳を加え混ぜすぎないように気を付けながら、なめらかな生地にする。オーブンは180℃に予熱しておく。
- ⑨ 型に生地を1個40g前後流し込み、180℃のオーブンで20~25分焼く。網の上で冷ます。

5 ポロタンのゆで栗でカップケーキ

材料(カップケーキ：約12個分)

薄力粉	100g
上白糖	100g
ベーキングパウダー	小さじ1/2
たまご	2個
バニラエッセンス	3滴
バター	100g
ゆで栗	10個



作り方

- ① 茹で栗は、皮をむいて（渋皮は一緒にとれる）粗く潰しておく。
- ② ボールに小麦粉とベーキングパウダーをふるい入れ、砂糖を加え混ぜる。
- ③ 溶き卵とバニラエッセンスを加え、粉っぽさがなくなるまでよく混ぜる。
- ④ 溶かしバターを数回に分けて加え、よくかき混ぜる。
- ⑤ ①の栗を加え、全体に栗が混ざるように混ぜ、ラップをして20分おく。オーブンを200℃に予熱しておく。
- ⑥ カップケーキ用カップの八分目まで⑤のたねをスプーンですくい入れて、180℃で20分焼く。（表面がきつね色になればOK）

コメント

- ① ペーストは、裏ごしをするので少し柔らかめのほうがよい。
- ② 泡立てる作業はなく、混ぜていくだけです。
- ③ 使用オーブンによって、焼き時間は調整する。

6 ポロタン栗のマロングラッセ

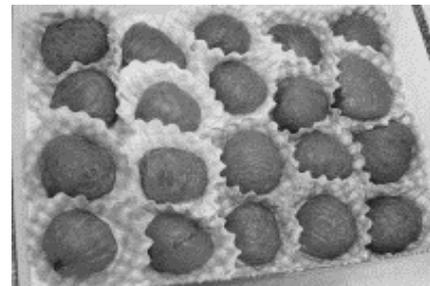
材料

ポロタン栗	800g
砂糖	500g + 240g（4日間に分けて使う）
水	1,000cc
ブランデー	30cc



作り方

- ① 栗を熱湯で3分煮て、熱いうちに鬼皮をむく。
- ② 竹串を使って渋皮をむき、水に浸ける。
- ③ 栗をガーゼで包み茶巾に搾り、糸でしっかり縛る。
- ④ 鍋に栗と水を入れ、弱火で1時間煮る。
- ⑤ 一旦栗を取り出し、煮汁に砂糖を500g加えて煮立て、火を止めて栗を戻し紙の落し蓋をして一晩置く。
- ⑥ 2日目 60g砂糖を加え、とろ火で砂糖を煮溶かし一晩置く。
- ⑦ 3日目 同上
- ⑧ 4日目 同上
- ⑨ 5日目 栗を取り出し、煮汁にブランデー30ccを入れ、煮汁が2/3になるまで煮詰め栗を戻し一晩置く。
- ⑩ 6日目とろ火で栗の芯まで熱し火を止める。熱いうちにガーゼを切り、網の上に栗を乗せ冷まします。



⑩ 出来上がり。

コメント

ポロタン栗は渋皮が剥きやすく、マロングラッセに合っている。渋皮が剥けなかった時、熱湯に数秒浸けながら竹串で剥く。

色々と試した結果、ガーゼで包んだ方が実が崩れません。

渋皮煮は、煮ると渋皮が剥がれ、実が崩れてしまうのでポロタン栗は不向きです。

7 ポロタン栗のいがぐり君

材料

栗の甘露煮	10 個
サツマイモ	500g
砂糖	500 g
牛乳	30 cc
バター	20 g
そうめん	3 束 (1.5 mm位に折っておく。)



作り方

- ① 3 日位前に甘露煮を作って用意する。
- ② サツマイモを茹で、熱いうちに裏ごしをして砂糖、牛乳、バターを加えて混ぜる。
- ③ サツマイモを 10 等分し、手のひらの上で薄く延ばす。
- ④ 栗をサツマイモで包み丸める。
- ⑤ 天ぷら粉にくぐらせ、折っておいたそうめんを付ける。
- ⑥ たっぷりのサラダ油できつね色になるまで揚げる。

8 焼き栗

材料

栗 鍋にひと並べ分

作り方

- ① 栗は破裂防止と剥きやすくするため、平たい面に縦 1 本包丁を入れると良い。
- ② 魚焼きグリルを上下火最強にして 12 分焼く。
- ③ 紙の上で軍手をして剥く。



コメント

- ① 買った栗は野菜ボックスで 1 週間と経ったほうが甘みを増す。
野菜ボックスで 1 ヶ月保存可能。
- ② 熱いうちに剥く、冷めると剥きにくい。

9 高坂のすまんじゅう（栗入り）

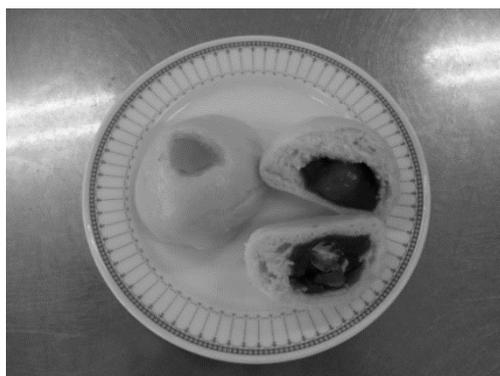
材料（40個）

麴	2枚 市販のもの（1袋2枚入り）
菌	昨年乾燥させておいたもの大さじ2
もち米	1カップ
小麦粉（薄力粉）	1kg
上白糖	1／4カップ
こしあん	1kg

ポロタン栗20個を茹で半分に切っておく

作り方（注意：塩気のある道具は禁物です）

- ① 前日、「菌」大さじ2、と「麴」1枚の1／2、ご飯（卵大）を容器に入れ、かぶるくらいのぬるま湯につけておく。
- ② 「餅米」の「お粥」を煮る。人肌位に冷めたらボールに移し、①と麴1枚を入れ、ぬるま湯3カップくらいでよく混ぜる。
気温25度を超えていればすぐに発酵してくる。（約1昼夜置く、発酵し過ぎたら麴を入れる） 注：密閉容器は避ける。
- ③ プツプツしてきたらザルでこし、その水（1kgに対して約2.5～3カップ）で粉（粉に砂糖1／4カップを加える）を、耳たぶぐらいの硬さによくこねる。
- ④ 「あんに半分に切った栗を入れて」40個まるめておく。
- ⑤ 生地がきれいになってきたら、40個にちぎって「あん」を入れ丸め、くっつかないように下に「粉」をふってならべておく。
- ⑥ そのまま1時間ぐらい経つと卵の肌ようになってくる。そうなってきたら蒸し器にならべ、霧吹きで水をかけてから蒸し、13分でできあがり。



レシピ：高坂のすまんじゅうをつくる会提供

コメント

- 1 室温が25度以上で適度な湿度が必要なため、夏の風物詩となっていますので、一年中作れるようにするには、更なる研究が必要です。
- 2 試験的に栗を生地にさして行っただが、栗がパサパサになってしまった。

10 栗ご飯

材料 2人前

栗 20粒
米（うるち・もち） 2合
○酒 大さじ2
○みりん 大さじ2
○塩 小さじ1
だし昆布 10cm位
いりごま おこのみで

作り方

- ① 米をといで、ザルにあげておきます。
- ② 熱湯で栗を3分茹でぬるま湯につけてから鬼皮・渋皮を剥きます。
- ③ 栗を軽く水洗いして渋味を抜きます。
- ④ 調味料○を入れ2合まで水を入れて混ぜます。
- ⑤ 栗を乗せてだし昆布を入れて炊飯器のスイッチを入れる。
- ⑥ 炊けたらだし昆布を取り出して、優しく混ぜる。
- ⑦ 盛り付けて、完成！



Ⅲ オリーブの利用

1 南仏風 鶏肉とニンニクのオリーブオイル煮

材料 4人分

鶏手羽元	12本
粗塩	小さじ1強
ニンニク	4片
新じゃがいも	小8個
玉ねぎ	1個
トマト	1個
黒オリーブ	8個
EXV オリーブオイル	80cc
ローズマリー	1枚
ローリエ	1枚



作り方

- ① 鶏手羽元に塩を振る。
- ② 新じゃがいもは良く洗い、皮付きのまま2等分に切る。玉ねぎは薄皮をむき芯を付けたまま6等分に切る。トマトは1/2に切り、種を取り荒切りにする。
- ③ 鍋に鶏手羽元を並べ入れる。その上に玉ねぎ、新じゃがいも、薄皮を付けたままのニンニク、トマト、黒オリーブ、フレッシュローズマリー、ローリエをのせEXV オリーブオイルを注ぎ入れる。
- ④ ③の鍋に蓋をして火にかける。オリーブオイルがふつふつと沸いたら弱火にし、鍋底にこびりつかないか時々チェックしながら約30分位煮る。
- ⑤ 鶏手羽元と野菜を皿に盛り、煮汁をかけて供する。

コメント

1. 鶏肉に塩をふった後、冷蔵庫に1晩おくと、中まで味がしみこんでより美味しくなる。
2. 素材から出る水分だけで長時間煮込むので、蒸気を逃がさないように蓋がピッタリと閉まるものを用いる。蓋が密閉出来ない鍋で作る場合は、作り方③で水を約50cc追加する。

2 タコとトマトの冷たいパスタ

材料 2人分

カップリーニ	160 g
塩・こしょう	適宜
フレッシュバジル	8 枚
粉チーズ	適宜

タコのマリネー

茹でダコ	200 g
EXV オリーブオイル	大さじ 2
ワインビネガー	大さじ 2
パセリみじん切り	小さじ 1
塩・こしょう	少々

トマトソース

フルーツトマト	3 個
顆粒スープの素	小さじ 1
湯	1/4 カップ
塩	小さじ 1/3
こしょう	少々
パセリみじん切り	小さじ 1
EXV オリーブオイル	1/4 カッ

作り方

- ① タコは薄くスライスし皿に並べ塩・こしょうをする。パセリみじん切り、ワインビネガー、EXV オリーブオイルを混ぜ合わせ、タコにかけてマリネーし冷蔵庫に入れ冷やす。
- ② 湯で顆粒スープの素を溶いておきボウルに入れる。フルーツトマトはへたを取り一口大に切りボウルに加える。塩、コショウ、パセリみじん切り、EXV オリーブオイルを加え混ぜ合わせ、冷蔵庫で冷やす。
- ③ カップリーニを茹でる。塩を入れた熱湯（湯 2ℓに塩大さじ 1）にカップリーニを入れ袋の表示時間通りに茹でる。茹で上がったらすぐに冷水にとり、水を加えながら手早く冷ましてざるに上げ、水気を切る。
- ④ ①のタコのマリネー、②のトマトソース、③のカップリーニを大きめのボウルに入れ混ぜ合わせ塩・こしょうで味を調え皿に盛る。バジルをちぎってのせ粉チーズを振る。

コメント

- ① トマトソースがポイント、トマトはフルーツトマトを使用する。
- ② 糖度とうまみの強いトマトなのでソースにした時のおいしさが全然違う。



3 かつおのカルパッチョ風

材料 2人分

かつお	1 節 (200 g)
水菜	1/4 束
新玉ねぎ	1/4 個
ラディッシュ	2 個
みょうが	適宜
青ねぎ	適宜



ソース材料

EXV オリーブオイル	50 cc
レモン汁	大さじ 1/2
ニンニク (生姜) すりおろし	小 1 片分
だし醤油	大さじ 2
塩	小さじ
黒こしょう	少々

作り方

- ① かつおを 5～6 mm に切る。水菜は 4～5 cm に切り、新玉ねぎ、ラディッシュ、みょうがは薄くスライスにし、青ねぎは刻む。
- ② ソースの材料を良く混ぜ合わせる。
- ③ 皿に水菜を敷く、その上に新玉ねぎ、ラディッシュを飾りよく並べ、かつおをのせ、塩・黒こしょうを少量する。
- ④ ③の上にみょうが、青ねぎを散らし、②のソースをかける。

コメント

1. 旬の魚で作ると美味しい。
2. ソースは食べる前にかける。

2 オリーブのカナッペ

材料

オリーブの実・アンチョビ・バジル・にんにく
オリーブオイル・クラッカー

作り方

- ① オリーブの実から種を取る。
- ② ①をフードプロセッサーに入れて攪拌する。
- ③ ②に、にんにく・アンチョビ・バジル・オリーブオイル (少々) を入れてさらに攪拌する。
- ④ クラッカーに③の材料を乗せて出来上がり。



コメント

ワインのおつまみに最高です。

5 オリーブの葉のお茶作り

材料 オリーブの葉（新芽）

作り方

- ① オリーブの葉の新芽のみ摘み取る。
- ② 葉を良く洗いザルの上で2時間程天日干しにする。
- ③ 大きいフライパンにオリーブの葉を入れ、とろ火で30分位煎り続ける。
- ④ 30分位煎ると、香ばしい香りが漂い、葉がクルクルと丸まってきて出来上がり。



コメント

- ① 皆で試飲したところ、オリーブの香ばしい香り、甘みが優しく癖も無く美味しかった。
- ② オリーブの葉は、高血圧、ガン、老化防止に良いそうです。

6 オリーブの葉・クリの葉の染色

材 料

オリーブの葉 クリの葉

重曹・・・水1ℓに対して1g

ミョウバン液（5%濃度）＝アルミ媒染剤（色止めと発色効果）

・・・染める布100gに対し100cc

染める布・・・手提げ袋 ハンカチ



作り方

(1) 染色液をつくる（抽出）

- ① オリーブの葉（約100g）を鍋に入れ葉がかくれる位水を入れ、火にかけ沸騰したら弱火で10～30分位煮出す。
- ② 水を足して温度を下げて（30～40℃）ザルに不織布を敷いてから葉を取出し染色液をこす
- ③ クリの葉も同様にする

★重曹を入れると染色液が茶色に変化するので色具合をみて2g位入れる。

(2) 染色をする

- ① 染める布を浸透剤（ぬるま湯1ℓに対し台所用洗剤を数滴たらず）の中に5分位浸しておくとも色がムラなく染まる。
- ② 染める布を取出し2～3回水洗いし軽く絞り媒染液（ミョウバン液）

に 30～60 分浸す。

★ミョウバン液は染める布の量により水 10に対しミョウバン 5g 溶かす。

- ③ 染める布を取出し 2～3 回水洗いし軽く絞る
- ④ 染める布を染色液に入れ菜箸で沈め火にかけ沸騰後弱火で 15 分位煮込む。
- ⑤ 火を止めて布を入れたまま冷まし、よく水洗いしてから日陰で干す

コメント

オリーブの葉もクリの葉も共に、

- ① 染める布の種類
- ② 葉の量
- ③ 煮出す時間
- ④ 媒染剤等

により、染める物の色合いが微妙に異なるのも楽しめます

シルクスカーフや巾着袋、コースターなど小物類など様々な物に応用できるのも楽しみが広がります

7 オリーブ石鹸作り

材料

精製水 180 g
苛性ソーダ 53 g
オリーブオイル（ピュア）458 g

作り方

- ① オリーブオイルをボールに入れる。
- ② ビンに苛性ソーダと精製水を入れ苛性ソーダを溶かす。
(この時ニオイが発生するので吸い込まないように注意する。)
- ③ 苛性ソーダが溶けたら 40 度くらいになるまで水で冷やす。
- ④ オリーブオイルを湯煎にかけ 40 度くらいにする。
- ⑤ 両方が 40 度くらいになったら泡立て器でかき混ぜながら苛性ソーダをオリーブオイルに加える。
- ⑥ 20 分ほどひたすらかき混ぜる
※苛性ソーダは劇薬なので必ず手袋をはめ、顔や体につかないように注意。
- ⑦ 20 分たったらボールに泡立て器を入れたままラップをかけておく。
- ⑧ オリーブオイルが分離するのでたまにかき混ぜる。
- ⑨ トレースが出たら型に流し込む。
(一日くらいかかると思います。)

完成！！

固まるのに一か月位かかりました。



8 オリーブ酒 オリーブの日本酒・焼酎・ホワイトリカー漬け

材料

塩漬けのオリーブの実 各150g

日本酒・焼酎・ホワイトリカー200cc

作り方

- ① 塩漬けのオリーブの実を一晩塩抜きする。
- ② 瓶を熱湯消毒する。
- ③ 1週間経つとオリーブの色が酒に移り黄色を帯びたお酒。

コメント

オリーブ酒を作って約40日後、全員で試飲をしました。

- ① 味については日本酒が多少まろやかになり飲む事が出来たが焼酎・ホワイトリカーはまだ味が浸み込んでいなかった。
- ② 色は日本酒が淡い乳白色、焼酎、ホワイトリカーは無色でした。
- ③ オリーブをお酒にするのは半年以上必要で今回は短時間過ぎました。
- ④ 高価なオリーブをお酒にするのでしたらカクテルのマティーニに入れるとオリーブの苦味がマティーニの味をより引き出すと思います。



IV まとめ

私達の課題研究は、ポロタン栗とオリーブが東松山市の新しい特産品になるかどうかという研究をしましたが、私達は可能性があると考えました。

理由は、ポロタン栗とオリーブ共に色々な加工品にすることができ、最近の健康ブームや老化防止に役立つ食材として、今後とも需要の増大が期待されるからです。

ただ研究を通して課題も見えてきました。

まずは生産面ですが、最初に今東松山市で始めているポロタン栗とオリーブ園の栽培事業を成功しなければならないと考えます。

そのためには、市民に市の目指す農政の目標を知らせ市民の協力を得る努力が必要だと思います。

そして、ポロタン栗とオリーブの生産量を増やすため生産者を増やし、今回と同じ耕作放棄地の解消を図るのであれば、地主と新たに生産をしたいとする耕作者との橋渡しをどのようにするかなどの制度作りが必要だと思います。

また、オリーブはオリーブオイルや化粧品までの商品を目指すのであれば生産知識を含め、さまざまな援助が必要と考えられます。

需要面では新しい東松山市の特産品をまず市民に知ってもらい、利用してもらおう努力が必要と思いました。

さて、今回の課題学習でポロタン栗を使って料理やお菓子を作ってみて、栗の種類や大きさによって色々な物に使い分けをしなければならないと思いました。

栗は、同じ木からでも大きさが違う栗が生産されます。また、調理の途中で崩れてしまう栗もあります。

今回ポロタン栗を使ってみて

大きな栗	マロングラッセ・焼き栗など
普通の大きさの栗	栗ごはんなど
小さな栗	いが栗くん・すまんじゅう・中華まんじゅうなど
崩れた栗	栗蒸し羊羹・パンナコッタ・和栗のフィナンシェ風 カップケーキなど

種類が違う栗（利平など）渋皮煮など（ポロタン栗は不むき）と使い分けが必要と思いました。

私達の課題研究班は、きらめき市民大学として東松山市の農業祭に参加し、ポロタン栗とオリーブの利用方法などの広報活動を実施しました。

今後とも、私達は今回の課題研究で得た知識を活用してポロタン栗とオリーブの利用方法の広報活動を行い、市の農政活動に協力したいと考えております。

