

戦後に食べた卵は本当に美味しかった。あの感動を超える卵を作りたい。昔の味たまごはそんな父の思いから生まれました。「当時の卵が美味しいはずはない、だけど旨かったなあ」とは父の言葉です。私たちは神奈川県相模原市でこだわりの卵を作る養鶏農家です。昔の味たまごは、調理後の美味しさまで計算されています。コクをだしつつ、臭みを抑えた卵は加熱した時に良い香りが立ちます。雑炊の仕上げに、たまごをひとまわし、土鍋のフタを閉じて15秒。土鍋のフタを開けた時、たまごの美味しい香りが部屋を満たしますよ。ほら、玉子焼もキレイな色に仕上がるでしょう？その秘密は・・・。昔の味たまごには多くの料理人に愛される訳があります。

## 2022/12/01 発行 第四十五号 昔の味たまご通信



寒くなりましたね。  
寒いのかな？ワンコどもも、私にひっついて寝るようになりました。

子供がこの卵しか食べなくなった！  
初めて生卵が食べられた！  
そんなお客様がたくさんいらっしゃいます。  
食卓に笑顔をお届けしたい。  
そう思って真面目に養鶏やっています。  
鶏に与えているトモロコシは非遺伝子組み換えポストハーベストフリーです。  
(有) 昔の味たまご農場  
252-0328  
神奈川県相模原市南区麻溝台 5-2-13  
電話：042-742-1993  
FAX：042-746-6703  
<https://freshegg.co.jp/>  
akira@freshegg.co.jp  
配信停止はお名前・お電話をご記入の上、上記FAX、もしくはメールでご連絡ください。  
お名前・お電話を忘れずをお願いいたします。

### 下の娘も7歳になりました

昔の味たまご農場のどんべえです。  
ウチは妻と娘二人、わんこが二匹の家族です。  
とても賑やかに過ごしています。

上の子は来年高考生で下の子が二年生になります。二人ともホームページやこの手作り新聞への写真掲載も拒否するようになって、さて今後のネタはどうしようかと、悩んでいます。

やっぱり子供たちの写真があると賑やかですよ。お客様からも「娘さん達も大きくなったね〜」なんて声をかけていただく事も多いんです。

で、普段なら掲載させてくれないのですが、七五三の晴れ姿が嬉しかったようで、「載せてもいいよ」って許可をもらいました(笑)

この晴れ着も嫁ちゃんが着たものなんですよ！時代を超えて受け継ぐ。こういうの、いいですよ。嫁ちゃんも子供の頃しっかりした体形だったらしく、細身の下の娘にやきもち焼いてました(笑)

・・・ちよとウンチク・・・  
こういった特別なハレの日に対して、日常をケの日と言うんですって。

で、ハレの日がしばむとケの日が枯れる。それを「ケガレル」というそうですよ。

イベントごとは思いつきり楽しみたいですね！



### すずめの戸締り見てきました

面白かったですね。私の勝手な解釈書きます。日本って龍みたいな形してますよね？

その龍がのたうちながら、我々に地震という災害をもたらす。



その気脈となる扉を締める「閉じ仕」と呼ばれる青年と少女の出会いから始まる冒険物語なのですが、そこには神話などの要素もあって、日本人なら誰でも引き込まれる内容じゃないかと思えます。  
さすが新海誠監督！とにかく映像が綺麗でした。ちよいちよい、何で？と疑問を抱くところもあるのですが、壮大な物語りをたった2時間弱に収めてますからね。家族で大人も子供も楽しめる映画でした〜！



# YOLO BURGER 出店募集!



やっとやっとイベントが開催されるようになり  
ましたね!

YOLO BURGERもお  
声かけをいただき、チ  
ラホラと出店させて頂  
けました。

「出世払いで食べられ  
る」を掲げたこのハン  
バー屋は学生さん  
やお子さんたちには、  
ほぼ材料費(350円)  
だけで提供させて頂い  
ています。

普通に考えたら千円以  
上はただかないと採算  
とれないのですが、大  
人の方々に「700円と  
言う大赤字前提で運営  
させて頂いています。  
食品添加物は一切使わ  
ずに作っています。

たまごを産み終えた鶏  
肉のパテ、テリヤキソー  
スに玉ねぎのピクルス。  
おかげさまでどこで出  
店しても大人気です。  
相模原近隣の企業様、  
自治体様、出店のご要  
望があったら是非ご連  
絡お待ちしております!  
042-742-1993  
までお待ちしております!

## 急須で作る温泉玉子



急須で温泉玉子が作れ  
ると聞いて挑戦してみま  
した。  
けっこう難しかったのです  
が、4回目に何とか上手  
くつくれました。  
温泉玉子を作る道具も  
ありますが、意外とかさ  
ばるんですよね。  
急須で作れたらちよっと  
食べたいときに便利です。

- 手順です。
- ①急須にたまごを入れる
  - ②沸騰したお湯を入れる
  - ③タオルで急須をつつむ
  - ④十分放置する
- コツがあります。
- ①たまごは常温(20度  
以上)にしておく
  - ②急須は出来るだけ大  
きい物を使う(湯量が多  
いことが肝心です)

冷蔵庫から出した直後の  
たまごでは上手く行きま  
せんでした。  
とにかく湯温を下げない  
事が肝心です。  
ユーチューブでもご覧いた  
だけますのでどうぞ!

温泉玉子の動画



昔の味たまご農場はテニスプレイヤー  
市川誠一郎さんを応援しています

開成中学、東京大学を卒業。二十五歳まったくの素人  
からプロテニスプレイヤーとしてウィンブルドンを目指す。  
そんな市川さんの努力の日々です。

ブログ「誰にも成し得ないことを成す」



こんにちは!

プロテニスプレイヤーの市川誠一郎です!

アゼルバイジャンに行つてからは、オランダで暫く練  
習して、再びギリシャ、クレタ島の国際ツアー大会  
に戻ってきました。

ギリシャはこの季節オリーブの収穫の季節を迎え、  
イチジクやザクロが道端に実っています。

五月に渡航してから、怪我や体調不良、コーチ業



の依頼などで  
少し停滞した  
時期がありま  
したが、ツアー  
大会会場です  
日各国の選手  
と練習して、  
微成長軌道に  
乗ってきました  
。これから  
来年の夏まで  
は一気に試合  
に出場し続け  
ます。  
成長できるよ  
う頑張ってい  
きます!

# 直売所のお客様へ・箱リサイクルの取り組みについて

昔の味たまご直売所では長年提供させて頂いていたネットカップから、写真のような段ボールのケースに切り替えました。

なぜこの形にしたのか、私達の取り組みを知って頂きたくて、お伝えさせていただきます。

## プラスチック減の取り組み

プラスチックのリサイクル率は9パーセント程度とされています。

プラスチックは生分解されないため、海洋汚染などの問題があります。

日本では多くのプラスチックは埋め立て処理されています。

私（どんべえ）は埋立地の上が畑になっている場所を知っています。

畑の至る所に奇妙な煙突（脱気筒）が立っています。

農家さんに聞くと、この煙突がないと全体からガスが出るので、常に刺激臭がしているそうです。

そこで作られた野菜は普通に我々の食卓へ並びます。

この埋め立てられたゴミの一部は私が出していると思ったら、何かしたいと思いました。

（有）昔の味たまご農場のような小さな会社が何かをしても世の中は変わると思えません。

しかし、すこしでも関わる方たちの意識が変わるのなら、伝える努力はしたいと思いました。

まず他人にプラスチック問題を語る前に、自分達が変わらないといけません。

直売所で多く消費しているネットカップの商品を段ボールに変えました。

## 超エコな段ボール

紙を作る事は森林伐採の問題があります。多くの木を切り倒し、大量の航空機燃料を使い輸入する事を考えると手放しに紙製品が環境に優しいのか疑問に思います。

しかし段ボールの原料は段ボールなんです。90%がリサイクルで生まれ変わっています。

それを知り、ケースを段ボールに切り替えました。

## 箱再利用で50円値引きは、取り組みにご協力いただいた感謝の気持ち

お客様がこの箱を再利用して頂ければ、さらに環境に優しい取り組みになると思いました。

しかし再利用の取り組みはなかなか普及しませんでした。

そこで、箱の再利用で50円を値引きさせて頂く事にしました。

飼料価格高騰の中で利益を削るのは苦渋の判断です。

この取り組みは「箱代値引き」ではなく、「私達の取り組みに参加してくれた感謝の気持ち」です。

プラスチック問題について少し考えてみませんか？

箱は要らないから最初から値引きしてくれと言われる事がありますが、それは出来ません。

活動は見た目で見えないと広がらないからです。

皆様がこの箱を持ってお買い物に来てくださることが啓蒙活動に繋がると信じています。

## あなたのお買い物が社会貢献になっています

この箱の紐通し作業は自立支援のお手伝いになっています。

昔の味たまごで作る玉子焼は色鮮やかに仕上がります。それはマリーゴールドの色素のおかげ。

## ● 娘のために作ったプリンです



### ● 昔ながらの硬めのプリン

昔の味たまご農場でプリンを販売しているのをご存知ですか？

卵、牛乳、砂糖、そしてほんの少しの塩。原材料はとてもシンプル。

生クリームやバナビーンズは使用していないため、素材の味が良く分かるプリンになっています。

カラメルソースは別になっていきますので、カラメルが苦手な方でも召し上がっていただけます。

### ● とってもヘルシー

生クリームを使っていないので、脂分も少なめ。カップを水で洗うとキュッキュッと音がしますよ。

### ● 社会貢献の思い

作ってくれているのは、レストラン・アミさん。  
アミは社会福祉事業も手掛けています。

昔の味たまご農場は、このプリンの売り上げが、社会貢献の一環になればと考えています。



## ● 出世払いで食べられる YOLO BURGER

昔の味たまご農場が運営する小さなハンバーガー屋があるのをご存知ですか？

お客様への感謝の気持ち

子供たち若者たちへ預けたい恩のバトン

鶏たちへの供養の気持ち

社会貢献への思い

色々な想いを詰め込んだ小さなハンバーガー屋、それが若者たちを応援する「出世払いで食べられる YOLO BURGER」です。

鶏肉を使ったテリヤキバーガー。玉ねぎのピクルスとジューシーなパテの組み合わせが絶妙です。

子供たちにも安心してたべてもらいたいから、化学調味料、食品添加物は一切使っていません。

営業場所・昔の味たまご農場直売所  
営業日時  
火曜と木曜のみ・十一時〜十七時



## ダイエットについて学んでいます



長年クライミングをやっているので太る事はないと思っていました。おじさんになると太りますね。

六キロ太ったことをきっかけにダイエットの勉強を始めました。

独学ではありますが、正しいことを発信したいと思っています。

## 脂肪を燃やす MCT オイル

左の写真はある日の朝ごはんです。

朝ごはんは糖質を控えて体脂肪を燃やすイメージで食事を用意しました。

ウィンナー3本と目玉焼き、そこにMCTオイル（中鎖脂肪酸）を振りかけたレタスです。

タンパク質と脂質（MCTオイル）をしっかり摂り、糖質は控えめ。

MCTオイルは普通の脂質と違い腸から吸収され肝臓でエネルギーになるため、エネルギーになるのが早いです。



そして、体脂肪をケトン体と言うエネルギーに変える手伝いをしてくれます。

MCTオイルを摂るだけで痩せるとは言いません。

が！有効だと感じています。

詳しくは  
ブログで  
どうぞ！

