

2020.7.23 夏の土用号

# おやつだより

## 今月のおやつ便

\*\*\*夏味のおやつ\*\*\*

梅雨らしい梅雨です。雨が降りすぎるほど降っています。梅雨明けと共にパッカーンと気持ちよい夏が来ますように。

### 『ルバーブのケーキ』

【Raparperikakku ラパルペリカクク】フィンランドのお菓子です。シベリア原産のルバーブは、ジャムのほかジュースやケーキに使われる夏の味覚です。ルバーブの酸味が心地よい焼きっぱなしのケーキです。今回は、ラズベリーを加えてより爽やかな酸味が心地よくなっています。

フィンランドにホームステイをした時に教えてもらったレシピです。ルバーブは、わが自然農さ畑のものを使っています(2020年も大豊作)。ラズベリーは喜多方市熱塩加納町の産無農薬栽培のものです。

### 『朝ごはんクッキー高きびとキャラブチップス』

「朝ごはん抜きで出かけるときに、運転しながら片手で食べられるようなものがほしい!」と要望があつてうまれた空色cafe.版のエナジーバー。雑穀の高きびの粉と、キャラブ(イナゴマ)の粉から作られたチョコチップの代用品(代用というのが申し訳ないほど、ミネラル豊富で栄養価が高く、しかもカフェインフリーなので身体にマイルド)、それとココナッツフレークの組み合わせでざくざく食感とおめざに嬉しい甘さを出しています。

### 『夜ごはんクッキー酒粕&トマト』おやつ便特別

いつもの夜ごはんクッキーをトマトの水分で作りました。トマトと相性抜群のオレガノも入っています。

### 『あかべこクッキー』

会津で疫病退散といえば「赤べこ」。長年欲しかったクッキー型を入手しましたので、早速空色サブレの生地で焼いてみました。かつて天然痘が流行した際、病気の子どもに赤べこを贈ったところ、たちまち治ったという話が伝わる。強い呪術力がある赤色は悪い病気を退散させることができ、赤べこの体にある黒い斑点は天然痘の痕を表しているとも言われる。

### 『黒糖のミニスコーン』

フィリピン・ネグロス島で作られるマスコバド糖(黒糖)を使っています。援助ではなくフェアトレードの製品であり、持続可能な環境に配慮した社会の中で生産製造されています。美味しさ+αを選んでいきます。

霧吹き後、トースターで1~2分温めてお召し上がりください。

## 次回のおやつ便

『晩夏のおやつ』

8月27日(木)発送予定

桃やブルーベリーなど夏の美味しい地元素材を使ったお菓子を中心にお届けします。

カフェは小さく営業しています。お菓子の製造販売、暮らしの講座 もしています。

## このごろの空色cafe.

穏やかな日常はなかなか来ないようですが、植物のお世話や季節ごとの仕事をしていると、気持ちも落ち着いて前向きになります。梅雨らしい日が続いたので、そろそろカラっとした暑さが欲しくなってきました。夏野菜も採れ始めました。インゲンマメたっぷり。ベビーコーン、ミニトマト、枝豆、キュウリ、ナス、ズッキーニ。カフェで採れたての自家製野菜をお出しできるのでゆみになっています。8月の暮らしの講座は「魅惑のアリッサ+クスクスランチ」「時短クチャップ+オムライスランチ付」「柿洗染」「包丁研ぎ」「新麦ヒンメリ」など。少人数&リクエストで臨機応変に開催しています。

水遊びが大好きすぎる7歳男児。お風呂でもストローを使って潜水ごっこが楽しいようです。



カフェの外回り、階段などようやく再着工できます。夏のわくわくDIY作業です。ペンキ塗りやレンガワーク、一緒にやってみたい方はぜひ! 夏季休業は8/4-8の予定です。

## 【定期発送・おやつ便のしくみ】

- 毎月1回、決まった日におやつ便(2600円+送料)をお届けします。お送りするお菓子は、季節やその月にあわせて毎回変わります。
- おやつだよりで、次回のテーマと配送予定日をお知らせします。
- 初回のお申し込みをさせていただくと次の月からは自動継続でお届けします。
- 代金引換または、7日前までの3ヶ月以上のまとめて前納でお支払いお願いしています。
- おやつ便の他に定番のケーキなどのご注文もお伺いします。
- おやつ便は、なるべくエコパッケージでお送りします。
- 旅行などでおやつ便を1回分お休みしたい時や定期配送を解約される場合には、**発送予定の10日前**までにご連絡ください。
- 定期発送を1年後ごとに、毎年贈り物を用意しています。

## 各種案内

- ▼ 飲食営業: 日曜 12時~16時L.O.(ランチ有)  
月曜 13時~16時L.O.(軽食おやつ中心)  
火~木曜は要予約  
ドリンクや惣菜軽食のTO GO/テイクアウトもできます。
- ▼ 販売: クッキー等の焼き菓子・自然食品販売は随時
- ▼ ワークショップ: 随時
- ▼ イベント出店: 新型コロナウイルスの影響で当面お休み

## 空色cafe.のお菓子取扱店

道の駅あいづ、JAあいづまんま〜じゃ、芦ノ牧温泉大川荘  
会津バスターミナルカフェ&ショップ

## 笑顔になるおやつと心地よい暮らし作り 空色cafe.とお菓子工房

福島県喜多方市熱塩加納町加納柿木田2862

Tel/Fax 0241-23-8525

Web <http://www.sorairocafe.jp/>

Mail [sorairo@sorairocafe.jp](mailto:sorairo@sorairocafe.jp)

<ギフトの通信販売> <http://sor629171.owndshop.com/>

おやつの販売は  
たいたい常時OKです。



Instagram [sorairooyatsu](https://www.instagram.com/sorairooyatsu)

Facebook [空色cafe.とお菓子工房](https://www.facebook.com/sorairocafe)