



ちょっとだけ実がなったあなたは！

きょうこのきょうの食卓 収穫祭編 オリーブの実を自宅で加工してみよう！

新漬けオリーブ

※「新漬けオリーブ」は洗抜きをして、塩水に漬けこみます。果実のフレッシュな香りや味を楽しめ、そのまま食べても、サラダや天ぷらにしてもOK！

用意するもの

- * オリーブの果実(黄緑～黄色) * 苛性ソーダ * 塩 * 容器(金属製は不可) * 落としぶた(ラップ) * はかり

*苛性ソーダの購入は薬局で。印鑑が必要です。

作り方

① 漬け込みの準備

- ・ オリーブの果実を水洗いする。
・ オリーブと同量の水に、2%の濃度になるように苛性ソーダを溶かす。

② 洗抜き

- ・ ①の液にオリーブの果実を入れ、8～15時間漬ける。
オリーブが空気に触れると黒ずむので、落としぶたやラップをする。

③ 洗抜き完了

- ・ 果実を切り、種の周りまで色が変わっていたら、洗が抜けた合図。

④ 水替えをする

- ・ 濁った苛性ソーダ水溶液を別の容器に移し、水を入れ替える。
このときもオリーブが空気に触れないように注意する。
2～3日間、朝・昼・晩の1日3回水替えを行う。

⑤ 塩水に漬ける

- ・ 水が透明になったら、2%の食塩水に漬ける。
1日おきに、3日目は4%、5日目は6%と塩分濃度をあげていく。

- ✓ 苛性ソーダは劇薬なので、ゴム手袋、保護メガネなどで直接肌に触れないようにする。
✓ 苛性ソーダは反応が収まるまで3～6時間かかるので、水溶液はあらかじめ作っておく。



- ✓ 苛性ソーダは、強アルカリ性なので酢酸などと混ぜ、pH試験紙で中和(pH5～8)したのを確認して、排水する。

- ✓ 急に濃い食塩水に漬けると、実がしぼむため、徐々に濃度をあげる。

- ✓ おいしいのは3～4%。長期保存したいときは塩分濃度をあげ、食べる時に水にさらして塩気を抜く。

オリーブだより えたじま

オリーブの「今」を伝える情報紙

出荷の手引き掲載！

VOL.6 2017 秋 | 年に1度、収穫の秋

Calendar for October and November 2017. October 1st is marked as '出荷受付日' (yellow), 3rd as '自家用受付日' (blue), 10th as '自家用受付予備日' (green), and 21st as '出荷受付予備日' (red). November 1st is '自家用受付日', 10th is '自家用受付予備日', and 23rd is '出荷受付日'.

出荷受付日

自家用受付日

出荷受付予備日

自家用受付予備日



オリーブ トピックス

オリーブ・ミュージアム祭典

11月5日(日) 沖美町・鹿田公園にて「第7回えたじまオリーブ・ミュージアム祭典」が開催。オリーブ冠づくり体験(無料)、オリーブ相談室、新漬け講習会などもあります。(問：オリーブ振興室) 0823 43 1643

樹を育てませんか？

オリーブの樹を育てませんか？ 市民が育てたオリーブが江田島市の新たな特産品になります。来年2月頃にオリーブ苗木の斡旋を予定しています(振興協議会が8割負担、市民は2割負担)。詳しくは12月号の広報でお知らせします。

編集後記

江田島市に来てから2度目の秋となります。収穫と搾油に向けて嬉しさとドキドキが高まります。昨年以上の収穫量を期待しています。<地域おこし協力隊：峰尾>



年に一度の収穫シーズンがやってきました！今年も実をあれこれ加工してみたいと思います。今回ご紹介した他にも家庭でできる加工法はありますので、お気軽にお問い合わせください。<地域おこし協力隊：西村>

オリーブだより VOL.7 2017年10月1日発行 発行：江田島市オリーブ振興協議会

苛性ソーダを使いたくない方は…

塩漬けオリーブ

用意するもの

- * オリーブの果実(紫色～黒色) * 塩 * ガラス瓶

作り方

① 漬け込みの準備

- ・ オリーブの果実を水洗いする。

② 塩漬け

- ・ オリーブの重量の1～2割程度の塩を、オリーブと一緒にガラス瓶に入れ、攪拌する。
・ 暗所に保管する。

③ 洗抜き完了

- ・ 1～3か月で洗抜き完了。

④ 塩抜きする

- ・ 塩味が効いた食材として、そのまま料理に使う。
・ そのまま食べる場合は、水にさらして塩抜きをする。

- ✓ 塩抜き：毎日水を取り替え、3日～1週間程度で塩が抜ける。



実がなってる。さて、どうしよう？

暑かった夏が終わり、朝晩はすっかり涼しくなってきました。いよいよ、オリーブ果実の収穫時期となります。

まるく膨らみ色づいてきたオリーブの実。熟れ具合によって少しずつ色が変化していきます。緑、黄、紫、そして黒へ。

1kgから出荷できます

オリーブの実は、搾るとオリーブオイルになります。江田島市では現在、2つの「オイルへの道」があります。

1つは『出荷』 もう1つは『自家用』です。

出荷



オリーブの樹に実がついていたら、ぜひとも収穫してみてください。上記が今年の「収穫カレンダー」になります。

まずは、上記のカレンダーと、裏面の「出荷の手引き」をよくお読みください。皆さんの収穫した1粒1粒のオリーブ果実が、江田島市の「生産量」となります。

◆出荷： 企業「江田島オリーブ株式会社」へ持ち込みます。企業が商品化し、レストランなどで販売します。

◆自家用オイル： 旧沖中学校にある加工施設へ持ち込みます。協議会で搾油を行い、ご家庭での自家用オイルとしてお楽しみいただけます。

自家用

