



~三日月家のパンのご紹介と

三日月家目線で選んだ物事のご紹介~

今日の営業日

6. 13

20. 27

11時~16時

2021年2月号

📱 もチェック!

発行

岡山県津山市綾部430-1

☎ 090-7974-2453

✉ info@mikadukiya.net



三日月家のパン①

🍞 発芽玄米食パン・発芽玄米パン

このパン、玄米を発芽させる所から当店で行っています。

このパンを焼く為に水曜日
から発芽させる作業に入ります。
玄米を発芽させる事で栄養価
が高まり、消化も良くなります。
度々、米粉のパンと間違わ
れて、その度に説明させてい
ただいています。米粉のパン

はうるち米を粉にして使用
します。つまり小麦粉の替りに
米粉を使う訳です。

この当店の発芽玄米食パンは
米粉は一番、使用しません。
発芽させた玄米を皆さんがゴ
ハンを炊くのと同じように炊
き、その発芽玄米のゴハンを
小麦粉や酵母と共に生地
にします。発芽の作業に入
ってから3日目にパンにな
ります。手塩にかけたこの
食パンや同じ生地を丸め
て焼く発芽玄米パン。これ
らのパンについて、お客様から
褒めていただけた時は、本当
に嬉しく思う三日月家です。

作る事が出来る物は全て手作りして、パンを焼いています

私の父が生前、病を得て
何も食べられなくなった時、
私の焼く、ロールパンにチョコ
チップを巻き込んで焼
くパンだけが食べられた
事がありました。父は
このパンを『命のパンじゃ』
と言って待っていてくれました。
私は毎週、このパンを持
って病院に通いました。
私からすれば、チョコチップを
巻き込んだ物より、あざり
した普通のロールパンの方
が病人には良いのではない
か? とか他にもパンは
有るのだから「他のパンも持
て来てみようか?」とか言っても
いつもワエストはチョコチップロ
ールでした。日にちが少し経
って少し固くなったこのパンを
良く噛んで食べると美味し
いんじや...とも言っていました。
自分の、そしてお客様から伺っ
た色々なエピソードを思い出
しつつパンを焼いています。

パンはご予約していただだけです。焼く物はフェイスブック
インスタに上げています。 <https://mikadukiya.net>