



~三日月家のパンのご紹介と  
三日月家目録で選んだ物事のご紹介~

今日の営業日  
2. 9  
16. 23  
11時~17時

2019年 2月号  
発行  
岡山県津山市緑都430-1  
☎ 090-7974-2453  
✉ info@mikadukiya.net



季節をパンに閉じ込めて  
その時だけのパンを

白い物(雪)が降る頃は白  
野菜(大根や白菜・ネギ)が  
美味しくなると言います。さすが  
に大根や白菜を使ったパンは  
思いつきません。で三日月家ではこの時期パパスを焼いて  
います。パン生地にネギと  
クルミを混ぜ込みチーズを  
かけて焼き上げます。この時  
期のネギは中に甘くて美味い  
お汁を蓄えていますのでネギ  
を生地に混ぜ込んだ時点で  
いいパンになる事を実感  
します。

「リンゴとくるみのパン」も秋から  
冬にかけて焼いています。今年  
から焼いています。我家では  
リンゴの美味しい時期には「リン  
ゴパン」と言って、バタート  
ーストの上に薄くスライスしたリンゴ  
をのせて食べる事がよく有り、  
温いバタートーストと冷いリンゴ  
のハーモニーがとっても美味い  
のです。これを何とかパンに  
出来ないかと思っ作ったのが  
このパンです

<https://mikadukiya.net>

使用するリンゴは長野県中野  
市の宮沢農園さんのリンゴで  
す。化学肥料を全く使わず  
有機質肥料だけで農薬の  
使用も最少限に抑えて栽培  
された良いリンゴです。私は  
もう14~5年、このリンゴし  
か買っています。

パン生地にクルミをのせて、その  
上にスライスしたリンゴとカット  
したバターをのせて焼き上げ  
ています。焼き上りにはバター  
は溶けてしまっていますがバター  
の豊かな風味を残してくれます。

先に紹介したネギも私の菜  
園で有機無農薬栽培した  
ネギです。

私が菜園で野菜を作り始めて  
もう20年近く。その間、ずっと有  
機栽培です。自分の菜園の  
採りたての野菜でパンやランチ  
に彩りを添えられる事は、安  
心でもあり、私の喜びでもあります。

パン生地と会話をするように  
パンを焼いています

