

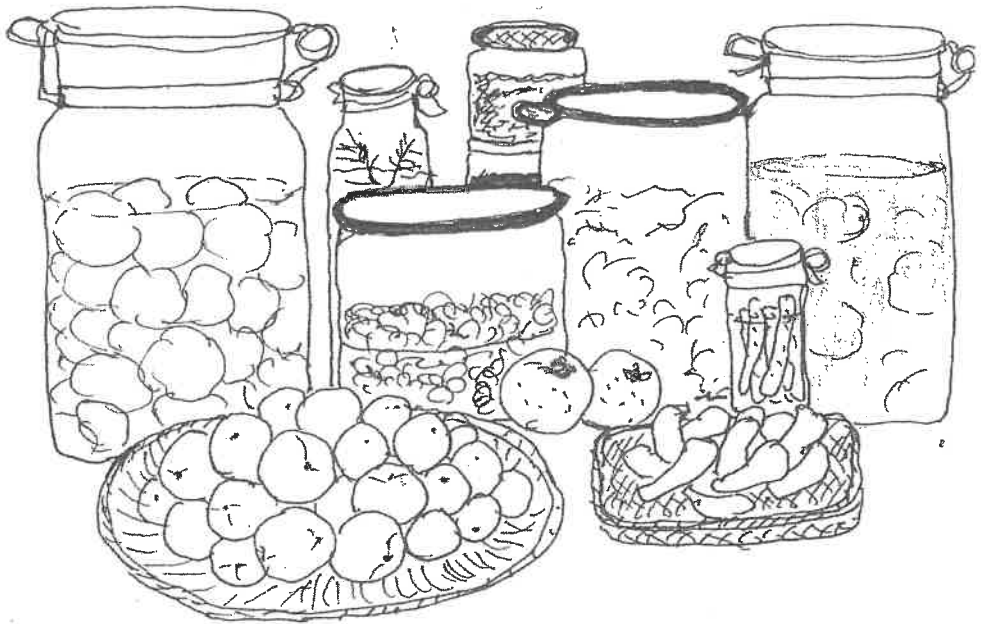
一般向け 今川図書館だより

いまがわーど

2022年6月

今月のテーマ

「保存食」



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、行事等を中止にする場合がございます。事前にお問い合わせください。（03-3394-0431）

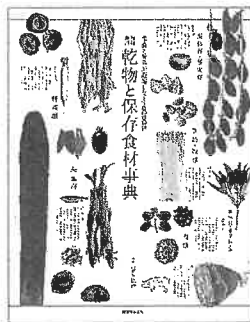
今月のテーマ 保存食

長期保存が可能な保存食。昔ながらの、漬ける、発酵、乾燥、醸造、燻製や、便利なレトルト、冷凍、缶詰、瓶詰、真空パックなど、いろいろな保存食の本を集めました。

『 乾物と保存食材事典 』

星名 桂治／監修 誠文堂新光社 2011年【619セ】

栄養とうま味が凝縮された乾物の保存法や扱い方、料理のレシピなどが、ジャンルごとに紹介されています。日本各地にある、焼き方や形の違う麩、世界で使われるスパイス・ハーブなど、写真を見ながら、好みの乾物を探してみたいかがでしょう。



『 47都道府県・発酵文化百科 』

北本 勝ひこ／著 丸善出版 2021年【383.8キ】

発酵の歴史と文化、主な発酵食品、発酵食品を使った郷土料理、発酵にかかわる神社仏閣・祭りなどについて、都道府県毎に詳しくかかれています。

「笑い上戸、泣き上戸」「くだらない」、発酵から生まれたことばの解説や、ビール、酢、ヨーグルトなどの、発酵食品生産量の都道府県トップ10など、発酵文化の基礎知識を読みながら、豆知識が増えそうです。



『 体の中からきれいになれる保存食と発酵食 』

主婦の友社／編 主婦の友社 2017年【596シ】

保存食や発酵食は、昔から健康維持や美容にいいと言われてきました。最近ではさらに、梅干しなどの保存食は食中毒の予防に効果があることがわかっています。また、発酵食に含まれる乳酸菌は、整腸効果だけでなく免疫力の向上や自律神経のバランスを保つ効果もあることが解明されています。

この本では、自宅のできる保存食・発酵食だけでなく、それを使ったレシピなども紹介しています。無添加で安心な保存食・発酵食は、日々の健康管理にも役立つこと間違いなしです。



『 ピクルスと漬け物の歴史 』

ジャン・デイヴィソン／著 甲斐 理恵子／訳
原書房 2018年【383.8テ】

古代からもっとも簡単な保存食として、世界中で作られてきた漬物。その発展には、料理だけでなく文化にも影響を及ぼしたと言われています。

現在ではビジネスや食糧問題の解決策のひとつとしても注目されている漬物は、私たちの身近なものであるにもかかわらず、知れば知るほど奥深い事に気づかされます。

巻末には、世界各地の漬物レシピが付いています。



【展示】6月7日（火）～7月3日（日）

世代間交流「手仕事・てしごと」 YA 展示「時間・とき」



6月 今川図書館カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
5/29	5/30	5/31	1	2	3	4
						おはなし会
5	6	7	8	9	10	11
	休館日	グループ 読書会				おはなし会
12	13	14	15	16	17	18
	おはなし会	あかちゃん おはなし会 あかちゃん タイム		休館日		どろんこ座 紙芝居 & 工作会
19	20	21	22	23	24	25
					あかちゃん おはなし会 あかちゃん タイム	おはなし会
26	27	28	29	30	7/1	7/2
<p>開館時間 平日・土曜日 9時～21時 日曜日・祝日 9時～17時</p> <p>休館日 第1月曜日・第3木曜日</p>						

グループ読書会 6/7(火)「たむらしげるの絵本の世界を楽しむ」

※おはなし会・児童向けイベントについては、児童向けおたより『いまがわフレンズ』を、ご覧ください。

杉並区立今川図書館 杉並区今川 4 - 12 - 10

TEL 03 - 3394 - 0431