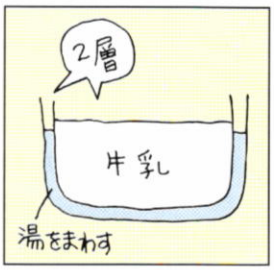
《用語説明》

○チーズバット

チーズを作るときの容器のこと。
加工施設などで通常使われているのは、２層になっていて、周りに湯や水などをまわし、加温、保温ができるようになっている。



○スターター

乳の発酵をスタートさせるもの。大きく分けて、細菌スターターとかびスターターがある。
この冊子では、細菌スターターの中の「チーズスターター」と「ヨーグルトスターター」の２種類を用途に合わせて使っている。

・チーズスターター

約３８℃で活性が良い乳酸菌。主にゴーダーなどに使われる。

・ヨーグルトスターター

約４２℃で活性が良い乳酸菌。主にヨーグルトやストリングチーズ、モッツァレラチーズに使われる。市販のプレーンヨーグルトで代用可。

○レンネット

子牛の第４胃に含まれる牛乳を固める酵素（カゼイン凝固酵素）。

○カード

乳が固まって豆腐状になったもの。これがチーズのもとになる。

○ホエー（乳清）

カードを加熱したり、砕いたりしたときに中から出てくる水分。

○カードナイフ

レンネット添加により固まったカードを切る道具。

○モールド

チーズの型のこと。

○リンド

チーズ表皮のこと。
真空パックにしたりワックスをぬるとチーズに皮ができないのでリンドレス、チーズを裸のまま熟成させると皮ができることからリンデットという。

別海町　　森高　さよ子さん

自分の農場で搾った生乳でゴーダなどのナチュラルチーズ作りを行い、農家生活を楽しんでいます。何度も失敗を繰り返しましたが、家族の理解のもとで、時間の余裕を見ながらチーズ作りを行ってきました。今では、温度管理や時間配分の感覚も掴み、夕方の搾乳から寝るまでの間に作るのがベストです。

平成７年には、オランダで本場のチーズ作りの体験もし、チーズ仲間との情報交換も出来るようになり、活動にも幅が出てくるようになりました。

酪農家の食卓に、当たり前のようにナチュラルチーズが並ぶような食生活が夢、もっと多くの人にチーズに関心を持って欲しいです。

中標津町　　横田　純子さん

普通の家庭料理と同じ感覚で、「自分の家の台所で出来る」チーズづくりがモットーです。

手作りチーズは家族はもちろんのこと、お土産としても喜ばれています。

「酪農をやっているから作れる」チーズづくりを通して、酪農家ならではの魅力を感じてもらいたいと、地域の農村女性にチーズづくりの講習も行っています。

台所の調理器具を使ったナチュラルチーズづくりは若い世代の方にとても好評で、講習をきっかけに、自分たちでチーズ作りに取り組むようになったグループもあります。

少々の失敗は成功のもと、手作りのパンの上にとろけるチーズとして食しています。これも又美味。

私たちも乳製品づくりを楽しんでいます！

別海町　　清実　みゆきさん

農協女性部の研修で初めてストリングチーズづくりを行いました。チーズの伸びる様子がとてもおもしろく、また、作ってみたいと思いました。

今は気の合う仲間で月に２～３回集まり、ゴーダ、ストリング、アイスクリームなどの乳加工を行っています。

ゴーダは、熟成期間が２ヶ月以上あり、その間、我が子の様に塩水を含んだ布で毎日拭いて手入れします。手入れを丁寧にして可愛がるほどチーズが黄色く艶を出して、おいしそうになってきます。それが何と言っても楽しさのひとつです。

アイスクリームは生クリームも自分の牧場の牛乳から分離し、卵も自分の家で飼っている鶏が生んだものを使うので、正真正銘の手作りで、子供にも大人にも好評です。

家族も、ひやかし半分、おいしい物が食べられるうれしさ半分といった感じで、私の楽しみをもり立ててくれています。

中標津町　　三友　由美子さん

私は「農家チーズを作る会」の代表として会報の発行や講習会の開催、町民を対象としたイベントの計画などの活動をしています。

「農家チーズを作る会」は、適正規模の風土に根ざした酪農を行おうと提唱する「マイペース酪農交流会」がその源になっています。

チーズが文化として酪農地帯に成長する事を願い、牛を飼う人、街に住む人が共に酪農の郷に暮らす豊かさを享受したいと思っています。

活動４年目を迎えてチーズづくりの技術も向上し、チーズ販売を予定している会員も何人か出てきました。