



SAKU:Re | 2017 夏号 |

2017年8月8日発行

発行・編集／西条市食の創造館

〒799-1353 愛媛県西条市三津屋南2-54 TEL.0898-65-7150

デザイン／GreenLink



美味いふるさつを見つける「咲里」

2017
夏号

SAKU:Re

2017年8月発行

西条市食の創造館
つうしん

TAKE FREE!!

〈特集〉西条の夏のごちそう ～涼しくナイスにいただきます～

絹かわなす



水・食・農をいかしたブランドづくり

- ・ 恵まれた自然環境で育成されたすばらしい食材の情報収集及び発信。
- ・ 野菜ソムリエや料理人、専門家による料理教室や講習会の開催。
- ・ 地元食材を活かした新商品の開発、食産業の育成・支援。

- ◆ 開館時間 9時～18時
- ◆ 休館日 年末年始(12/29～1/3)、第2・第4月曜日(館内清掃の為)
- ◆ 使用料金 キッチンスタジオ 1時間につき…… 700円
インキュベータ室 1日につき…… 2,000円
※冷暖房ご利用の際は、使用料の3割加算
販売ブース 使用面積1㎡1日につき…… 50円

お問合せ

西条市食の創造館
〒799-1353 西条市三津屋南2-54 (壬生川駅東側)
TEL.0898-65-7150 FAX.0898-65-7151
E-mail info@shoku-souzou.jp URL http://www.shoku-souzou.jp



@sakure_shokusou

サクリ
美味しいふる里を見つける「咲里」

SAKU:Re

ふる里“えひめ”のおいしい笑顔を咲かせる「SAKU:RI」がリニューアル！
新しく始まる“SAKU:Re”（サクリ）は西条市食の創造館を拠点に、
ふる里の新たな魅力を探求し、美味しい情報を発信していきます。

※1 「SAKU:RI」は野菜ソムリエコミュニティえひめの活動の一環として、
愛媛県内の農産物を中心とした情報を掲載したフリーペーパーです。（2009年から2012年まで発行）

※2 Reには再び・新たに…するという意味があります。Reborn（リボーン）…生まれかわる/
Revival（リバイバル）…復活/ Redo（リドゥ）…もう一度やりなおす/ Review（レビュー）…見直す/Renewal（リニューアル）…更新

CONCEPT

SAKU:Reは、私たちのふる里に息づく「食」の背景に着目し、
つくり手の努力や想い、人とのつながりを伝えます。
みなさんに食材の魅力や地域のあたたかさが届きますように…
食を楽しみ、食に興味をもつことが、ふる里の豊かな食の未来を創造します。

西条市食の創造館より

“料理教室やイベント案内” 毎月開催中 ♪

西条市食の創造館では、毎月、地元の旬の食材や製品を使った料理教室や講座を行っています。

これからの予定は

- 8月 タイ料理教室や家庭料理教室
- 9月 ・プロに習うワインに合うバル風の料理教室と和菓子づくり教室
・食を楽しむイベント「咲里マルシェ」
- 10月 シェフに学ぶフレンチ教室

毎月、西条産の花を使用した花あそび教室（フラワーアレンジメント）も開催中！また、食の創造館が企画した教室以外にも野菜ソムリエや栄養士による料理教室やJHBS講師によるパン教室も随時開催中。お気軽にご参加ください。

お問い合わせ/西条市食の創造館 Tel.0898-65-7150



SAKU:Re
2017 夏号

CONTENTS

【特集】西条の夏のごちそう

絹かわなす

- 1 今月の表紙
- 2 ナイスな絹かわなすラリー
- 4 絹かわなすの味めぐり/お店紹介
- 6 絹かわなすを使った簡単レシピ
- 7 おもてなし料理/野崎洋光氏
- 8 食のインフォメーション・設置店
- 9 咲里マルシェ in 食創館



今月の表紙

本物の蕎麦と地元の食材のおいしさを伝えてくれるそば屋さん

さいじょう きのえ
西條そば 甲

西条のうちぬき水と店主の荻原甲慎さんこだわりの蕎麦粉、そして手打ちの技が、おいしい蕎麦をつくれます。「蕎麦も米と同じで鮮度が大事！」と、翌日使う蕎麦の実だけを石臼で丁寧に挽き、当日の朝、手打ちします。

夏の暑い日も、のどごしがよい甲の蕎麦ならツルッと食べられます。地元食材を使用したメニューも大人気！西条の魅力が詰まった蕎麦は、県外からの大切なお客様も連れて行きたい、そんなお店です。

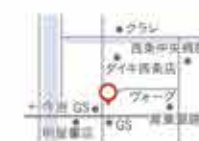
- 1.「絹かわなすの冷かけ」特製のつゆが絹かわなすのとろーり甘い食感を引き出した、大満足の一皿。
- 2.「西条トマト蕎麦」丹原産のトマトを使用し、さっぱりとした風味が女性に人気のソバゲッティー！
- 3.契約農家さんから取寄せた蕎麦の実をブレンドし、自家製粉しています。



店主 荻原 甲慎さん



data
西条市期日市783-6
（ホームセンターダイキ西条店隣）
Tel.0897-55-7836
営業/11:00～
蕎麦がなくなり次第終了
定休/日曜日



ナイスな 絹かわなす ラリー

西条の名水が育んだ 夏のごちそう

石鎚山系のミネラルたっぷりのおいしい水で育った西条の伝統野菜「絹かわなす」。その名のとおり、絹のようになめらかな果皮、アクがなくてきめ細かい、柔らかでジューシーな果肉が特徴です。



雨が降らない日は畑に石鎚の恵みの水を惜しみなく注ぎます。水の都西条だからこそできる技。高い畝は、栄養たっぷりの土をつくり、合間に水を注ぐためです。



JA西条 越智倫久さん

3 おいしさは負けません！ 全国に羽ばたく絹かわなす

JA西条絹かわなす部会は現在11農家で結成されており、安心して品質がよいなすづくりに取り組んでいます。朝採れの絹かわなすを、涼しい場所で傷がつかないように丁寧に梱包することで発送が可能になり、地元だけでなく、県外にもファンができました。全国各地のイオンでPR販売中、マルナカ、フジなどでも購入可能！

西条市農業協同組合 アグリセンター
西条市中西新開 111-1 Tel.0897-56-9000



ギフト商品「箱」
1箱3個入り
1,900円(税込・送料込)



1 夏にぴったり！ 体を冷やして、のぼせを防ぐ

栄養は少ないと言われるですが、実は同じナス科のトマトと比べても、カルシウム、マグネシウム、葉酸、パントテン酸が多く、鉄も同量を含みます。皮の紫色には、ナスニン（ポリフェノール的一种）という色素が含まれ、抗酸化作用があります。絹かわなすだから、栄養ある皮もおいしくいただけます！



野菜ソムリエ
上級プロ
年森恭子さん



生産者
国田弘志さん・美鈴さん

2 生産者の愛情と技、 西条のおいしい水がたっぷり

絹かわなすは4月に定植し、5月末から10月頃までが収穫期間。暑い時期の作業が続くため、体力的に厳しく、葉っぱで果皮が傷つかないように日々摘葉し、害虫・病気の予防や水やりの調整など、生産者の努力の賜物なのです。栽培歴13、4年になる国田さんも、納得いくのができるまで何年も試行錯誤したと話しています。

「おいしかったよ〜」って
言うてくれるのが、
一番嬉しいんですよ。



料理人(日本料理 和敬)
竹村竜二さん

5 料理人も太鼓判！ 身近で親しみやすい食材

「絹かわなすは家庭の食卓にも、料理人向けのおもてなし料理にも幅広く使える食材です。皮が滑らかで、肉質が柔らかいことを活かして、ジューシーな食感を味わってほしい！」と話す竹村さん。和敬では油をかけてコクをだし、茄子細がきれいにできるようにオープンで焼く方法で使われることが多いようです。

日本料理 和敬
松山市三番町4-5-11 三番町アイビーコート 3階
Tel.089-943-3514
営/11:30~14:30(L.O17:30~21:00)要予約
休/日曜(月曜祝日の場合は日曜営業・月曜休)、
休明けの昼

6 あなたも 絹かわなす生産者に!?

絹かわなすは「愛」あるブランド産品にも認定された伝統野菜ですが、生産者の高齢化や収量の不安定など、産地の危機に面しています。そのため愛媛県でも、本格的に新規栽培者の育成及び支援を開始。栽培方法の動画マニュアル作成やJA西条と共同でプロの生産者に学ぶ「栽培塾」を開催中。農地や資金のご相談もOK！

お問合せは
愛媛県東予地方局
西条市丹原町池田1611
Tel.0898-68-7322



愛媛県東予地方局
産業振興課
越智英明さん

西条の伝統野菜
作ってみませんか？

4 1個丸ごと漬物に。 夏のお土産にもおすすめ♪

絹かわなすが1個丸ごと漬物に！県外の物産展でも、お客さんたちは見た目のインパクトに驚き、試食すると買ってしまいう人気商品。あっさりとした味となめらかな食感で、夏のおかずやおつまみに最適！漬物はさっと洗い、ひと口サイズに切って軽くしぼってお召し上がり下さい。

有限会社矢野食品
西条市大町 325-28 Tel.0897-56-6343



絹かわなす お漬物
1個450円(税別)
※7月~9月期間限定

「一つ一つ、心込めて
作ってる漬物じゃけん
美味しいよ、食べてみて！」



有限会社矢野食品
矢野浩基さん

ナイスな 絹かわなすの味めぐり

煮る・焼く・揚げる・生でもOK!どんな料理にも合う絹かわなす。さあ、絹かわなすグルメを食べに行こう!



絹かわなすのグリル生ハム添え

セカンドチャンス

輪切りしたナスを両面グリルし、柔らかくフルーティな絹かわなす本来の味を生ハムとパルメザンチーズの塩分と旨みでいただきます。生バジルのさわやかな香りがアクセント。▶800円(税込)



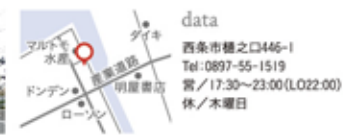
data
西条市大町1642-11
Tel:0897-53-2865
営/19:00~24:00
休/日曜日



絹かわなす田楽

濱ダイニング やまた

ナスを縦半分にして素揚げにし、赤味噌を塗って、バーナーで炙ってコクを出しています。甘くてジューシーな絹かわなすのトロトロの食感と甘辛い味噌がたまらない一品。▶450円(税別)



data
西条市榎之口446-1
Tel:0897-55-1519
営/17:30~23:00(L.O.22:00)
休/木曜日



絹かわなすとひき肉のカプレーゼパスタ

Cafe Dining つじ丸

揚げたナスとトマト風味のミートソースは相性抜群!柔らかくてほんのり甘い絹かわなすとトマトとひき肉の旨味が絡まったパスタを、モッツアレラチーズとバジルでさっぱりと。▶1,200円(税込)



data
西条市ひうち1-16
(西条市地域創生センター内)
Tel:0897-58-4141
営/9:00~18:00(不特定時)
M9:00~11:00, L11:00~14:30
休/日曜日・不定休



絹かわなすの照り焼き ~土佐酢を添えて~

旬葉はる

ナスをオープンで焼き、直火で照りをつけます。香ばしく上品で甘辛いタレが絹かわなすに絡まるとろけます。薬味と一緒に土佐酢につけるとさっぱりした味わいも楽しめます。*コース料理の一品



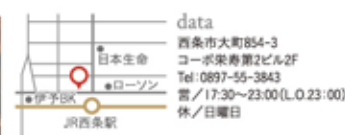
data
西条市米見乙1780
Tel:0897-57-9800
営/11:30~14:00
17:30~21:00
休/不定休



絹かわなすしゃぶしゃぶ

居酒屋 花嵐

縦に薄くスライスした絹かわなす、豚肉、レタスのしゃぶしゃぶ。肉の旨味と甘くてとろけるナスの食感に、お好みでミョウガを添え、さっぱりした特性タレが食欲をそそります。▶850円(税別)



data
西条市大町854-3
コーポ栄寿第2ビル2F
Tel:0897-55-3843
営/17:30~23:00(L.O.23:00)
休/日曜日



絹かわなすと夏野菜の和風だし仕立て

~なす味噌添え

あんみつのような涼やかな見た目、絹かわなすやエビ、具だくさんの夏野菜にあっさりやさしい出汁が染込んでいます。ナスの皮を使った手作りの味噌をつけることまろやかです。▶650円(税別)



data
西条市石田277-16
Tel:0898-64-5566
営/11:00~14:00(料理L.O.13:30)
17:00~22:00(料理L.O.21:30)
休/月曜日(※他不定休あり)



なすカツバーガー

にじとまめ。

ナスに自家製の肉味噌をはさみ揚げし、手作りのパンでサンドしています。外はサクッと、中は肉の旨みと甘辛い味噌が絹かわなすと絡んでジューシー!お子さんにも人気。▶300円(税別)



data
西条市小松町新屋敷甲2538-2
Tel:0898-72-2527
営/11:00~先切れ次第終了
8月の営業日3.4.10.24.25.26.31
休/日・月・火・水曜日



絹かわなすとアオリイカのマリネ カラスミ風味

Domenica D'oro (ドメニカ・ドーロ)

旬の甘みのあるアオリイカとふわっとした絹かわなす、しゃきっとした胡瓜の食感が絶妙!ドライトマトとピネガーで爽やかな酸味を効かせ、カラスミの程よい塩気がアクセントに。▶1,800円(税込)



data
東京都港区南青山2-14-20
グレースビルB1F
Tel:03-6459-2713
営/17:00~24:00(L.O.23:00)
休/日曜日・祝日

レシピ 絹かわなすのかんたんレシピ



絹かわなすのミルフィーユサンド

レシピ提供 野菜ソムリエ上級プロ 年森恭子さん
※p2で絹かわなすの栄養を載せていただきました。

【材料】

絹かわなす… 3ミリ幅に薄切りしたものを10枚程度
きゅうり… 1本
大葉… 10枚程度
スモークサーモンやハム… 適量
塩こうじ・おかず味噌… 適量

【作り方】

- 1 絹かわなすにみそや塩こうじなどを軽く塗り、きゅうり、大葉を重ねる。(スモークサーモンやハムを重ねる場合には塩気があるので、塗らなくても良い)
- 2 サンドイッチをイメージして重ねる。
- 3 ラップで包んで、少しなじませる。
- 4 爪楊枝で刺して固定して切り、断面を見せるように飾り付ける。

絹かわなす明太

レシピ提供 居酒屋花農 店主 藤岡洋子さん
※p4の絹かわなすの味めぐりで「絹かわなすしゃぶしゃぶ」を紹介。

【材料】

絹かわなす… 4分の1
明太子… 大さじ2
マヨネーズ… 大さじ3分の2
酒… 小さじ1
塩こしょう… 少々
乾燥パセリ… 少々
※青のりや大葉でもOK♪

【作り方】

- 1 絹かわなすを縦4等分に切る。
- 2 ①をボールに入れて混ぜる。
- 3 フライパンに塩こしょうをふって、絹かわなすの色がつくまで焼く。
- 4 クッキングシートに③を並べ、②を均等にのせて220度のオーブンで約6分焼く。
- 5 食べやすいように6等分程度に切り、器に盛って乾燥パセリをかける。



とろーり甘い食感とピリ辛でおつまみに最適
手軽にできる居酒屋メニュー



絹かわなすの豚肉巻きフライ

レシピ提供 絹かわなす生産者 秦 律佳さん

【材料】

絹かわなす… 1本
豚バラ肉… 200g
小麦粉… 適量
パン粉… 適量
卵… 1個
塩コショウ… 適量
サラダ油… 適量

【作り方】

- 1 絹かわなすを縦に8等分に切り、ざっと水で洗い、キッチンペーパーで拭き取る。
- 2 ①を豚バラ肉で巻き、軽く塩コショウする。
- 3 ②に小麦粉・溶き卵・パン粉をつけて、170度の油できつね色になるまで(4分位)揚げる。



「絹かわなす」でおもてなし料理 牛なす叩き

レシピ提供 / 分とく山 野崎 洋光

なすと牛肉の食感がバツグン
薬味でさっぱり、夏のごちそう！

【材料】(4人分)

牛ランプ肉… 300g
絹かわなす… 1.5個
酢… 大さじ2
みょうばん… 小さじ2
<薬味>
しょうが… 40g
玉ねぎ… 100g
味付けザーサイ… 40g
大葉… 10枚
<タレ>
出汁… 500cc
醤油… 100cc
みりん… 50cc
削り節… 適量
粉ゼラチン… 12g
ラー油… 少々

【作り方】

- 1 ①を網に合わせて火にかけ、沸騰したら削り節を入れて火をとめ、適す。5倍の水(分量外)でふやかした粉ゼラチンを加えて煮溶かし、冷まして固める。
- 2 絹かわなすの皮にみょうばんと塩を混ぜたものをすりこみ、5分置き、ガクを切り落とし、縦に6等分に切る。口の広い鍋に2②(分量外)のお湯を沸かして、落とし蓋をして、2分間茹でる。絹かわなすを巻きすかざらに挟んで軽く重石をし、風を当てて冷ます。
- 3 薬味の大葉は千切り、ザーサイはみじん切り、しょうがと玉ねぎはみじん切りにして別々に水にさらし、水気を切る。
- 4 2の絹かわなすを一口大のそぎ切りにする。
- 5 肉を絹かわなすと同じ幅のサクに切り、網の上で両面を軽く焼き、熱いうちに一口大に切り、酢をかけて手で叩くようにしてなじませる。
- 6 4の絹かわなす、5の牛肉を交互に並べて器に盛り、3の玉ねぎ、ザーサイ、しょうがの順番に上に乗せる。
- 7 ①のタレをスプーンで細かく崩し、ラー油を混ぜて、6の上に向け、大葉の千切りを天に盛る。

POINT 色落ち防止として塩とみょうばんをナスの皮にすり込むと、鮮やかな紫色がきれいにできます。



野崎 洋光氏
1953年、福島県生まれ。東京グランドホテル、八芳園にて修行。1989年に「分とく山」(東京都港区南麻布5-1-5)総料理長になる。2004年アテネオリンピックでは、長崎茂雄監督の依頼により野球日本代表チームの総料理長を務めるなど、多方面で活躍中。

西条市食の創造館 <10周年記念イベント> 2017.6.5

野崎洋光氏による「特別料理講習会」を開催しました

弊館で料理教室の講師経験がある「日本料理 和敬」(松山市)の竹村竜二さん(西条市出身)より、師匠の野崎洋光さんをご紹介いただき、今回の講習会が実現しました。基本のだしとり方や素材を生かした調理法、食材と歴史を絡めたお話や、西条産品(絹かわなす・トマト・きゅうり・アスパラガス・ブロッコリー・緩っこ地鶏・吟醸eポーク)を使用した5品のすてきなメニューを実演とともにご紹介いただきました。参加者の皆さんも熱心に視聴され、試食もできて大満足。「あらためて地元の食材のすばらしさに気づきました」との声もあり、好評のうちに終えることができました。本当にありがとうございました。



