

東北食べる通信

2014

1

月号

taberu.me

世なおしは、食なおし。

特集

白石ファミリー
地縁・血縁を越えた新しい絆

福島県いわき市の白石長利さんが
自然農法で育てた

かんちゅうやさい

寒中野菜

東北食べる通信

とにかく赤と黒が好きで男である。福島県いわき市小川町。130軒あまりの小さな農村集落に、自然農法で野菜と米をつくっている青年がいる。白石長利さん(32)は、この地に江戸時代から続く農家の長男坊として生まれ、家業を継いだ。

赤い作業服が

トレードマーク

畑にいるときはもちろん、市役所に行くと

き、上京するときも同じ格好だ。東北食べる通信取材班の、いわき市長取材に同行したときも、全身赤ずくめだった。フェイスブックで白石さんと友達になったという、いわき市長の清水敏男さんは言う。

「まっ赤な作業服を着て農業をやっている。こんなやつがいたのかと思った。いわきの一次産業は風評被害で厳しい環境の中にある。なんとか立て直していかなければならない。そのためには徹底した情報発信が大

事だ。白石くんは、広告塔の役割を果たしている。誰かが先頭を走れば、それを見て付いていく人がいる」。あれこれ考えるよりも、思い立ったらすぐ行動するのが信条だ。

赤いのは作業服だけ

ではない

靴、財布、iPad、トラクター、趣味のバイク、自家用車のハンドル、すべて赤と黒だ。同

じ色の組み合わせで統一することで、相手に強い印象を与え、情報発信力を高めることができると考えている。いつも見られているという感覚が、プレッシャーをかけてくれる。

市長同様、風評被害を乗り越えるには、情報発信が必要だと痛感している。生産現場の正しい情報を全国に積極的に発信する、市の「見える化プロジェクト」にも立ち上げから参画。自分の生産現場や携わるイベ

ントの情報も、フェイスブックで日々、情報発信をしている。誰かのせいにしても仕方がない。自分に与えられた環境で自分ができることをやるだけ。だから、不平不満をこぼしたり、単なる要望もしない。行政がどうではなく、自分はどうか。常に課題解決の当事者たろうとしている。

「震災のとき、苦情ばかりの市民が多かった。役所がどう、役所がどうと。震災と原発事故は起きてしまった。起きてしまっ

からこそ、自分は農業というものをもう一度見直し、新しい時代を築いていきたいと思う」。

自然に逆らわない

自然農法の価値

白石さんは、震災前から実践してきた自然に逆らわない自然農法の価値を改めて自覚している。自分に与えられた土地でその土

地に合った作物の種を、適切な時期に植え、育て、収穫する。それが、野菜が本来持つ味や効果を一発発揮させる秘訣だ。旬の時期とよばれるタイミングが最も美味しい。体を冷やす野菜、温める野菜などの効果も旬だからこそそのもの。その意味を生産者も消費者も知ることで健康になれる。経費をかけて、無理に冬場に夏野菜をつくっても、おいしくないし、効果が薄いのは当たり前だと考えている。



【福島県いわき市】

文 = 高橋 博之 写真 = 玉利 康延

1

月

13

日

気温 -2℃

白石ファミリー

地縁・血縁を越えた新しい絆

写真左から、● 草野明仁(くさの・あきひと)(40) 風評打開と地域経済活性化を標榜する「株式会社いわき福島復興オフィス」のフード事業課課長。● 池端達朗(いけはた・たつろう)(44) 「株式会社いわき福島復興オフィス」の代表取締役。白石さんの野菜の六次化商品の企画・販売を先導する。● 山野辺仁(やまのべ・ひとし)(34) 東京の天王洲アイルにある「天厨菜館」の料理長。白石さんの野菜を定期的にレストランで使用している。● 萩春朋(はぎ・はるとも)(39) いわき市内にある「Hagi フランス料理店」のシェフ。詳しくは「そとでたべる」ページで紹介。● 白石長利(しらいし・ながとし)(32) MOA 自然農法を実践する農家「ファーム白石」の代表。その人柄で想いをもった人々を集め、いわき復興に向け突き進む。● 鈴木賢治(すずき・けんじ)(32) 「株式会社 47 プランニング」代表取締役。尖ったアイデアで即発即行動派。系列飲食店で白石さんの野菜を積極的に使用している。● 松本文(まつもと・たけし)(32) 震災によって店舗を失った飲食店オーナーの、再出発の場としてスタートした復興飲食店街「夜明け市場」の代表。● 橘あすか(たちばな・あすか)(34) 「ファーム白石」の広報から商品企画・開発までを担当。たくましい姉御的存在。

特集

寒中野菜

こだわりの持って育てられた寒中野菜は、シンプルにいただくのが一番。キャベツは外側から芯まで変わりゆく味わいを丸ごと、にんじんも皮をむかずに、実は甘くておいしいブロッコリーの芯も味わいたい。茹で汁に旨味が取られるのも惜しんで、大きめに切って丸ごと蒸していただきます。

材料 (2名分)

- ・キャベツ 1/3個
- ・ブロッコリー 1個
- ・ニンジン 1本
- ・ニンニク (薄皮付き) 2かけ
- ・アンチョビ (または塩辛) 大きじ3
- ・オリーブオイル 大きじ3
- ・生クリーム 大きじ1
- ・こしょう 少々

作り方

1. ニンニクはフライパンでから焼きし、焦げ目が全体的についたら皮をむいてつぶす。
2. 耐熱性の器に、1とアンチョビ、オリーブオイルを合わせてつぶしながら混ぜる (フードプロセッサーがあればピュレにする)。
3. キャベツは外葉をはずし、芯ごと縦にくし切りする。ブロッコリーは大きめに切り、芯の部分は厚めに皮をむいて縦に切る。ニンジンは泥をしっかりと落とし、縦に大きめに切る。
4. 蒸し器の中央に2のバーニャカウダを置き、囲むように3の野菜をつめて、5分ほど蒸す。
5. バーニャカウダソースに生クリームを加えて混ぜ、熱々のまま食卓に出す。野菜にディップしていただく。

※ アンチョビは、魚醤や塩辛などでも代用できます。バリエーションを楽しんで。
 ※ ニンニクはフライパンやトースターで焼いても可。



バーニャカウダでど馳走感アツプ

白石さんちの野菜蒸し

今月の一皿



まるごと蒸して、

冬野菜を存分に楽しむ

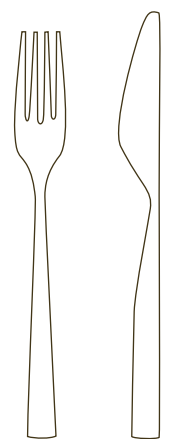
いえて
つくる

中山 晴奈 FOOD DESIGNERS NETWORK

1980年千葉県生まれ。NPO 法人フードデザイナーズネットワーク代表理事。慶應義塾大学 SFC 研究所上席研究員 (訪問)。

食という社会課題へのアプローチのために、生産する現場と食べる人が総合的な関わり合いを継続的に持てるよう、良質な学びのサイクルをつなぎ、その機会により多くの人がリーチできるような社会デザインが必要不可欠です。わたしたちはフードデザイナーという食のつなぎ手の育成を行っています。 <http://fooddesigners.net>





たべる
そとで

白石ファミリーの料理番、萩シェフがつくる、いわき野菜のフレンチ

畑でその日に収穫したままの美味しさを、お客さんのテーブルに届けたい。自分のできる限るのこをすべてやって、行き着いたのが、一日一組限定のスタイルだった。萩シェフが経営する「Hagi フランス料理店」のいわき野菜メニューをご紹介します。

萩シェフにお話を伺いました

白石さんとの出会いが、僕の「食材」に対する価値観を変えた。娘はトマト嫌いだと思っていたのですが、白石さんの自然栽培のトマトは喜んで食べた。そういうことに敏感なDNAと鈍感なDNAがあるんだと思い、それは料理人として疑問に感じていることでもあった。震災後、レストランを一

日一組限定のスタイルにすることによって、その日に自分の住んでいる地域で収穫した自然栽培の野菜をお客さんに料理を出せるようになった。

そこに導いてくれたのが、白石さん。自然の摂理に沿った食材はなにもにも変えられないことを教えられ、白石さんは決して、自然の摂理には逆らわず、自分に与えられ

た土地で自分の土地に合った野菜を作っている。旬のものしかつからない。旬ではないときに無理に味付けして食べさせるんじゃない。旬のときに旬のものを美味しく提供したい。そういう食材であれば、お客さんは残さずに食べてくれる。

白石さんは、種を植えるところから、収穫まで体験させてくれた。子どもの成長と同じで、野菜の成長を赤ちゃんから成人になるまでぜんぶ見ることができる。そうすると、その野菜の個性（特徴）や育った環境をよく理解することができる。市場から野菜を買っていたときは、調理していても、生産者の顔が思い浮かばず、キュウリは、ただのキュウリでしかなかった。

今は違う。生産現場を知ることによって、その食材を調理するときに、つくっている人の顔が浮かぶ。自分でも収穫するので、その食材が育った場所の風景も覚えている。お昼ご飯を生産者にごちそうになることもあるので、その味も舌に残っている。それらを思い出しながら、素材に一番合った調理法を選択できるようになった。

ぜんぶ炒めてしまうんじゃなく、「うちの茄子はあくがないから生で食べれるんだよ」と生産者から聞けば、生で出す。会わないと、体験しないと、心で感じないと、一番美味しい食べ方は分からない。そうしたことを学ばせてくれたのが白石さんだった。白石さんは、僕の野菜の先生のような存在だ。



石巻の阿部さんの牡蠣と白石さんのブロッコリーのビューレ
東北食べる通信 創刊号で特集した漁師・阿部さんの牡蠣とのコラボレーション



白石さんの夏に収穫した完熟トマトの髓(ずい)
トマトは透明な部分に味がある。一晩こして出て来たエキスを、絶品のジュレに。



そとでたべる

白石さんとの出会いが、僕の「食材」に対する価値観を変えた

釜石のヤマキイチの泳ぐホタテと白石さんのニンジンの出逢い
ニンジンってこんなに美味しいのか、と感じられる



白石さんのゴボウと
テナガエビのラビオリ
パスタの生地で餃子のように包む
イタリア料理のフランス風



蔵王牛と白石さんの白菜の熟成3時間ロースト
市場から買ってくる白菜は3時間だと焦げるが、白石さんの白菜は水分だけが抜けて、旨味が凝縮されて、甘い。3時間ローストに耐えうる白菜以外は実現不可能な味



白石さんのブロッコリーと岩手県産ヤリイカ
福島県産リンゴを添えて、からすみをまぶす。すべて旬の食材で、提供する直前に火を通した。白石さんのブロッコリーは蒸して食べるのが一番美味しい。変な味付けはいらんない



萩 春明

1976年生まれ。辻調理師専門学校フランス料理学科卒業後、武者修行のため渡仏。震災後、「Hagi フランス料理店」オーナーシェフとして、風評被害にあった地元の生産者を自ら訪ね、直に食材を買い取り、野菜から果物までいわき産にこだわって使用している。2013年9月には、世界の首脳や王室の専属料理人たちで構成される団体「クラブ・デ・シェフ・デ・シェフ」の招待で、フランス大統領府エリゼ宮殿の厨房に外国人として初めて招かれた。

「招くのは昼夜1組のみ」をつらぬくレストラン

いわき市街地から少し離れた、のどかな住宅地の一角にある萩さんのお店「Hagi フランス料理店」は一日一組だけしか受け付けていない。モットーは、畑でその日に収穫したままの美味しさをお客さんのテーブルに届けること。震災後、たくさんの人が亡くなり、萩さんも「自分もいつかは死ぬ」と考える時期があった。いつ死んでもいいように、その日、自分のできる限るのこをすべてやって、後悔しないようにしたい。その思いで行き着いたのが、この一日一組

限定のスタイル。お客さんとその場で終わる関係ではなく、次につながる関係に徐々にってきた。お客さんがどうい食材に興味があり、どうい味付けが好きかを毎回メモし、次回、そのお客さんが来店したとき、喜んでもらえるように、食材選り、店づくり、メニューづくりに活かしている。

Hagi フランス料理店

● 福島県いわき市内郷御台町畷 171-10
Tel: 0246-26-5174 / 昼 12時～夜 18時～
年中無休/駐車場: 12台/※ 1日1組のみ
完全予約制、当日予約は受付不可

開発秘話: 白石さんと萩さんがつくった

焼ねぎ・にんじんドレッシング

原発事故後、検査結果が安全だと出ていても販売先のない野菜を見て「なんとか無駄にしないで生産者のもとに返したい」と考えていた萩さん。そんな折「ネギ坊主ができただけで市場価値がなくなり、ネギを畑にすきこんでしまう光景を長年見てきて、もったいないと思っていた」という白石さんの思いを知った。「ネギを焼いて、ドレッシングにしてみるのはいかがでしょうか?」という白石さんの思いつきを、萩さんはすぐに試作し、自家用プレゼントとして送った。そのときの白石さんの嬉しそうな顔を、萩さんは今でも忘れられないという。さらに「生産農家なら、加工品＝余り物の概念にとらわれず、最高の加工品を作らなきゃいけない」と考えた白石さんは、萩さんとともに「にんじんドレッシング」も開発した。噂が広まり、今ではすっかり人気商品になったこのふたつのドレッシング。開発当初からこだわっていることは、収穫したての野菜の香りを容器に閉じ込めるために、白石さんが収穫後、萩さんが3時間以内に手作りで加工し、製品にしていること。そして今でも、作るたびに野菜の状態などを二人で話し合い、試行錯誤しながら作っているという。

