

ごま油の四季



秋の号 137 2020 Autumn
The Seasons of Sesame Oil by TAKEMOTO OIL & FAT CO., LTD.

特集◎ 食べる幸せ、どこまでも

クルックフィールズ うきはフルーツ王国



今宵、月待ち
しいたけコレクション2020

連載◎ 毎日食べたい、やみつきごはん 笠原将弘 [賛否両論]
天ぷらを食べに いつも

まるっと、本物。マルホン



あつさく 压榨純正胡麻油濃口

こいくち

ごまをしつかりと深煎りしてから
搾した、力強く、パンチのある
香りのごま油。中国料理や韓国料
理、焼肉などにおすすめ。

あつさく 压榨純正胡麻油

こいくち

しつかり香る、オードックスな
ごま油。香り、あじわい、コク、す
べてにおいてバランスのとれたご
ま油です。

ないくち 太香胡麻油

こいくち

ごま油の常識を打ち破る、澄んだ
琥珀色の色合いと上品な香り。浅
煎りしたごまを搾っているの
で、
繊細な和食にも合います。

ないくち 太白胡麻油

こいくち

焙煎せずに搾った、香りのない「生
搾り」のごま油。透き通った透明
な色合いで、うまみにあふれてい
ます。何にでも使える万能オイル。

© 太白・太香は登録商標です。

通信販売も承っております。
フリーダイヤル、またはホームページをご利用ください。



マルホン胡麻油

なかなか いいごま

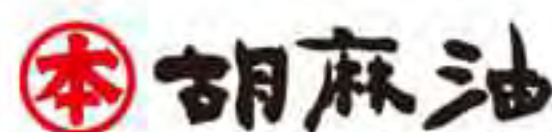
ホームページトップへ

0120-77-1150

<https://www.gomaabura.jp/>



竹本油脂株式会社



〔第一事業部・中部営業部〕 愛知県蒲郡市浜町11 ☎0533-68-2116

〔東京営業部〕 東京都中央区八丁堀3-20-5 S-GATE八丁堀3F ☎03-3553-6911

〔大阪営業部〕 大阪市中央区南本町4-5-20 住宅金融支援機構・矢野ビル9F ☎06-6243-3305



特集◎食べる幸せ、どこまでも・1

クルックファイルズの おいしいパンと 循環型農業



千葉県木更津市。サステナブルファーム「クルックファイルズ」はこの地で昨年11月からスタートしました。そのきっかけは、総合プロデューサーを務める音楽家の小林武史さんが、17年前に環境問題に取り組みはじめたこと。都心でサステナブルなレストランを営み、さらに視野を広げて次なるステップとして木更津へと。数年前から、東京ドーム6個分の土地を開墾し、土壌の改良を重ね、今なお約30名のスタッフが日々自然や作物、動物たちと向き合い、循環型農業を模索しています。

園内は自然のすり鉢状の地形で、斜面にはソーラーパネルが並び、平地には畑、中心の低地にはマザーポンドと呼ばれる貯水池があります。ここでは太陽光発電、水、土壌、生物のすべてが

ばくしゅう
麦秋の頃の、クルックフィールズの小麦畑。秋とはいっても、麦の穂が実るのは梅雨前の初夏。麦にとっての「収穫の秋」がやってきたという意味で、夏でありながらも秋と呼ばれる。他の作物が青々と成長するなかで、小麦畑だけは一足先に美しい黄金色に変化する。刈り取った小麦は脱穀し、数ヵ月ねかせてから製粉し、9月頃にその年の新麦となる。

おいしいパンに
なりますように！

循環するようなシステムを構築。その循環から生まれた食物を活用する「ダイニング」「ベーカリー」「シャルキュトリ」「ミルクスタンド」「シフォンケーキ」といった棟が点在しています。

折しも今年の春から「ベーカリー」で季節の野菜を生かしたベジタブル食パンの販売がはじまり、そこには太白胡麻油が使われているという噂を聞きつけ、クルックフィールズを訪問しました。

自然の風を感じながら園内の施設や畑、牧舎をめぐるうちに、ふと感じたこと。それは「サステナブル、循環型農業が少し理解できたかも」という思いでした。むしろかしいことは抜きにして、まずはクルックフィールズに足を向けてみれば、未来に向けて自分がどのように「食」という大切な営みに関わればよいのかを知るきっかけを得られるかもしれません。

太陽の光、水、土、生物 すべてはめぐりめぐる

DAIRY

酪農場

ブラウンスイス種の乳牛4頭を放牧して飼育し、搾乳。新鮮な乳をノンホモジナイズドで低温殺菌し、「ベーカリー」「シフォンケーキ」「ダイニング」で使用する。「ダイニング」横にあるミルクスタンドでは、ミルクやソフトクリームも販売。

クルックフィールズではすべてが循環しています。
太陽光のエネルギー、水の浄化、土や微生物の力が持続的につながり、
園内の食のシーンを生みだしています。

sustainable

FARM

ファーム

約10年前から土を育ててきた畑は、全体で約2万坪。「オーガニックファーム」は有機JAS認証、「エディブルガーデン」ではハーブやエディブルフラワーを50種以上栽培している。これらの野菜やハーブは収穫して「ダイニング」や「ベーカリー」「シャルキュトリー」で使われ、「ベーカリー」で販売もしている。

BIO GEO FILTER

バイオジオフィルター

植物や微生物など自然の力で水を浄化する「バイオジオフィルター」のシステムを導入。生活排水はいったん濾過後、園内の小川を流れながら、そこに敷き詰められた多孔石とその孔で生きる微生物を介して次第に浄化され、園内中心にある池「マザーポンド」に流れていく。水辺は動植物の繁殖を生む大切なところ。

water

BAKERY

ベーカリー → P5

園内の小麦畑で収穫した小麦を生かして自家製粉し、園内の素材を使って天然酵母をつくる。卵、乳製品、野菜、肉類などの素材は、可能な限り園内でつくったものを利用し、日々約40種類のパンを焼いて販売。木更津近郊の住人にもファンが多い。

ベーカリーでは
小麦や野菜の味わいを
太白胡麻油が支えています

CHIFFON

シフォンケーキ

新鮮な卵とミルクでシフォンケーキをつくって販売。クルックフィールズの素材を生かしたシフォンのレシピは「エスコヤマ」の小山進シェフがプロデュース。園内の建築やアートなど、クルックフィールズの取り組みに賛同する各界からの協力も多い。

高台からすり鉢状のクルックフィールズ全体を見おろす。奥にはソーラーパネル、中央の低地の木々が生い茂るところにはマザーポンドがある。各棟は園内に分散して建っている。



sun



CASEIFICIO カゼイフィーチョ

チーズ工房「カゼイフィーチョ」の横には、約30頭の水牛や山羊、羊がいる牧舎があり、毎朝3時から搾乳して、すぐにチーズを製造する。職人として有名な竹島英俊さんがつくる水牛乳のモッツァレラは、レストランにも卸すほどの人気。園内では「シャルキュトリー」で購入できる。



SOLAR FARM ソーラーファーム

2メガワットの巨大なソーラーパネルで太陽光発電を行なう。この電力は浄化した水を貯める低地のマザーポンドから、高台の各施設に水を引くポンプなどに活用。太陽光はエネルギー源であり、生物の光合成に必須なものゆえ、循環型農業では重要な位置づけ。



DINING ダイニング

園内で日々収穫される季節の野菜やハーブ、チーズ、卵、食肉加工品、パンがすべてこの「ダイニング」に集結。森本桃世シェフがおいしく料理し、その料理を囲んで楽しむために人々が集まる、農場からテーブルをつなぐ場。ランチ、カフェタイムのメニューがある。



sustainable

COMPOST コンポスト

「ベーカリー」や「ダイニング」ではほとんどの生ゴミはミミズコンポストに。卵殻は洗って乾かし、砕いて畑にまいている。牛舎や鶏舎の糞尿は堆肥舎で自然発酵させ、刈り取った雑草は虫や微生物により1年くらいで分解される。捨てるものはない。



CHICKEN RANCH 養鶏場

純国産鶏約2000羽を広々とした鶏舎で、ストレスのない環境で育てる。国産米や麦、おからなどを自家配合して発酵させた飼料と、有機栽培の野菜を食べて育つので、卵の黄身は淡いレモン色なのが特徴。産卵期を終えた親鶏の肉も園内で活用する。卵は「ベーカリー」で販売。



CHARCUTERIE シャルキュトリー

食肉加工製品も充実。おもに地元、木更津で害獣として駆除された動物を扱い、園内の食肉処理場で解体から製造まで一貫して行なう。猪、鹿など種類は豊富で、一頭を余すところなく使い切る。園内の「シャルキュトリー」で販売。



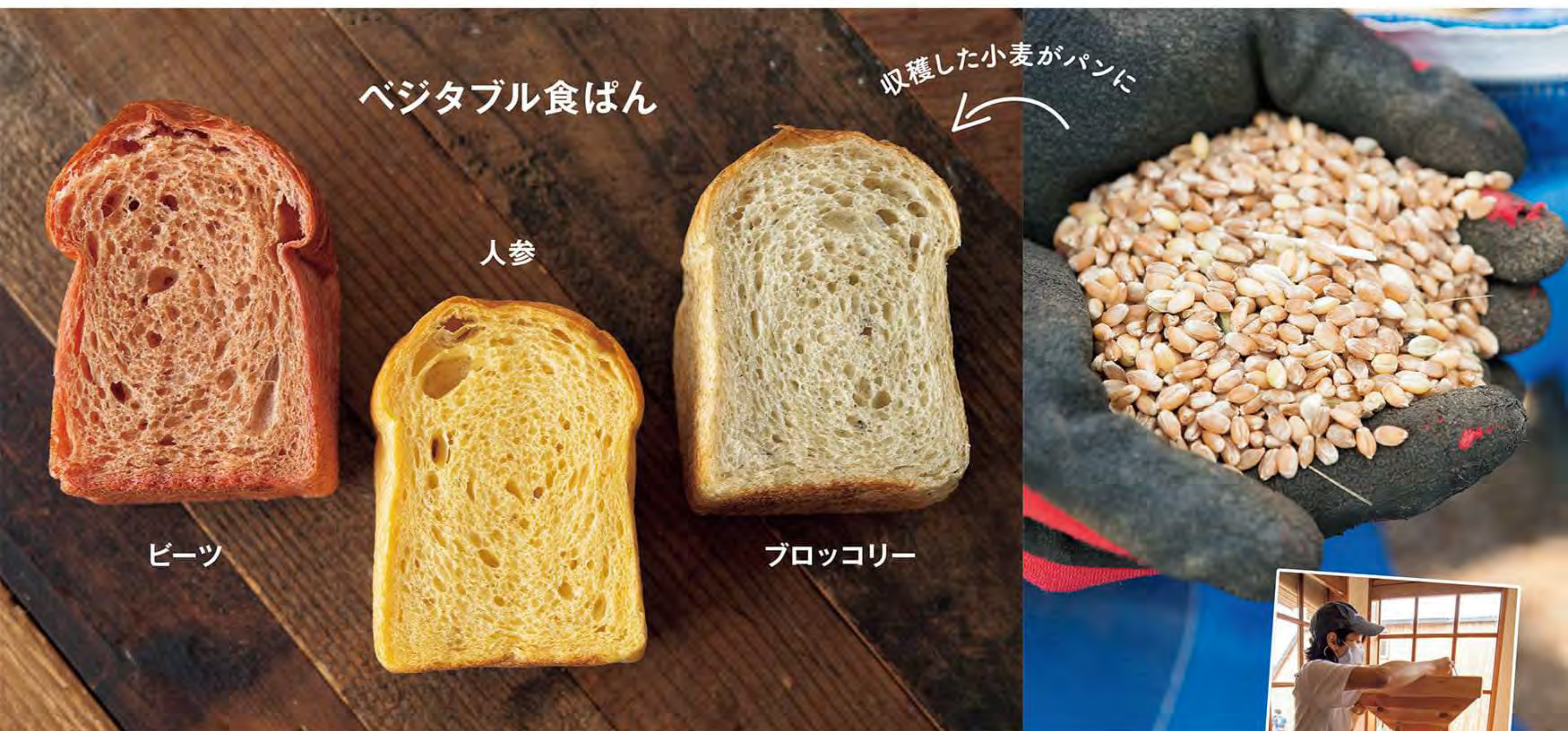
earth



上2点／毎日成長を見守ってきた小麦の刈り入れは、ベーカリーのスタッフ総出で。下右／ベーカリーではパンと一緒に野菜や卵も販売されている。下左／園内の野菜やハーブを捨てずに利用した天然酵母が幾種類も。「畑があるから、ベーカリーが生まれました。小麦も、他の野菜も、卵や乳製品も、ここでできたものを生かしてパンをつくり、園内ですべてのものが循環することが大事」と藤田さん。

「パンは小麦からつくられる」 そんな当たり前の大切なこと

いまパン職人が憧れること。それは小麦を自ら栽培し、収穫し、製粉してパンをつくることです。クルックフィールズの「ベーカリー」を担当する藤田麻依さんは、そんな夢を実現した一人。園内での小麦の栽培を3年前からはじめ、野菜や乳製品などの材料も園内で毎日つくられる新鮮な食材を使っています。ベジタブル食ぱんは今春登場した人気の一品です！



人参のベジタブル食ぱん

材料（ベーカース%）

ゆめちから60% 春よ恋37% ゆめかおり（自家製）3% ニンジンペースト*25% きび砂糖5% 塩2.3% ニンジン酵母元種20% 生イースト0.5% 太白胡麻油8% 水30%

* ニンジンペースト：ニンジンを柔らかくなるまでローストし、フードプロセッサーにかける。

【ミキシング】 全材料をミキサーに入れ、低速2分→中速でグルテンの膜が薄く張るまでミキシング（こねあげ温度25℃）

【1次発酵】 室温で2時間発酵をとり、パンチを入れ、さらに1時間

【分割】 400g

【ベンチタイム】 1時間

【成形】 縦長にガスを抜きながらのばし、奥から巻く。とじ目を下にして1斤型に入れる。冷蔵で一晩おく

【最終発酵】 ホイロ（35℃／75%）で4時間

【焼成】 上火180℃／下火220℃でスチームを入れて20～25分

今年収穫した小麦は「ゆめかおり」。まだパン製造の全量はまだまかなえないが、大切に製粉して用いる。



ブロッコリーのベジタブル食ぱん：ニンジンペーストをブロッコリーペースト（ゆでてフードプロセッサーにかける）30%に、酵母元種を甘夏など季節の酵母元種20%に変更する。

ビーツのベジタブル食ぱん：ニンジンペーストをビーツペースト（柔らかくなるまでローストしてフードプロセッサーにかける）20%に、酵母元種を甘夏など季節の酵母元種20%に変更する。

人参たっぷりの サンドウィッチ

食ぱんも、フィリングの人参サラダも太白胡麻油で
野菜のみずみずしさが伝わります



ブロッコリー食ぱんと ササミのサンドウィッチ

ブロッコリーの天然酵母のグリーンな香りがほんのり
ササミとねりごまのフィリングで

材料／1人分 ベジタブル食ぱん(人参) 2枚 ニンジン1本 A[酢大さじ2 太白胡麻油大さじ1 レモン汁小さじ1 クミンシード少々 塩少々 ハーブ(パセリ、チャービル、ディルなど)適量] マヨネーズ適量
ズッキーニ(厚さ1mm程度の輪切り)3枚くらい クリームチーズ適量

①ニンジンを幅1mmほどのせん切りにし、塩(分量外)でもむ。10分おいてから水気を絞り、Aと和える。②人参のベジタブル食ぱん1枚にマヨネーズをぬり、ズッキーニを並べ、①のをのせる。③食ぱんのもう1枚にクリームチーズをぬり、②に重ねる。半分にカットする。

材料／1人分 ベジタブル食ぱん(ブロッコリー) 2枚 A[鶏ササミのハーブゆで*100g コクと香りのねりごま 白大さじ2 味噌、マヨネーズ各小さじ2 鶏ササミのゆで汁大さじ1 いり胡麻 白適量 コショウ少々] 粒マスタード少々 キュウリ(半分の長さで縦にスライス)6枚くらい ディルなど好みのハーブ適宜 *鶏ササミのハーブゆで: たっぷりの水に多めの塩、粒コショウ、ニンニク、好みのハーブ適量を入れて沸騰させ、ササミを入れてふたたび沸騰したら火をとめてそのまま冷ます。

①鶏ササミのハーブゆでをさき、Aを混ぜ合わせる。②ブロッコリーのベジタブル食ぱん1枚に粒マスタードをぬり、キュウリのスライス、①の順にのせる。③もう1枚の食ぱんを重ねて半分にカットし、ハーブを添える。

キャロットブレッド

ニンジン園内の畑で一年中とれる作物。ベーカリーでは粗めにすりおろしたニンジンをつたっぷり入れたキャロットブレッドもつくっている。油脂は太白胡麻油を入れて、しっとり保湿。ニンジンの香りも生きている。



エディブルガーデンサラダ

「畑をそのまま知ってもらうためのサラダなので、その時にあるものを」とダイニング担当の森本シェフ。この日はトマト、ミニトマト、マイクロキュウリ、玉ネギ、赤バジル、スイートバジル、レモン。太白胡麻油、コクと香りのねりごま 白、塩レモン水でつくったドレッシングを合わせて。



KURKKU FIELDS

千葉県木更津市矢那2503 ☎0438-53-8776 営10:00~17:00、サマータイムは休日~18:00(各店舗、施設ごとに異なる) 休火、水(祝日は営業)
<https://kurkkufields.jp/> ▶入場料は無料。オンラインショップもあり

「うきははフルーツ王国」大作戦

福岡市内から車で50分ほど、大分県との県境に位置する「うきは市」。そこは気候風土に恵まれ、

一年365日フルーツが収穫できる「フルーツ王国」です。秋真っ只中のシーズン、

今まさにブドウや柿、梨、イチジクが収穫を迎えています。豊かな実りの反面、

「未利用果実の廃棄」という問題も。

日本のフルーツを無駄にしないために、

『ごま油の四季』編集部が

できることを考えました。

※糖度はブリックス値です。

※参考文献／「福岡の柿本」

福岡食育健康都市づくり

地域協議会



うきは市の情報発信ステーション「ウキハコ」(→P14)の壁には、こんなステキな愛情あふれる柿の木のペインティングが。



「未利用果実」の現実を理解する

収穫されても市場に出回らず、廃棄されるフルーツ。「もったいない」現象をくいとめるために、私たちは何ができるのか。モンサクレールの辻口博啓シェフがうきは市を訪問し、フルーツの未来を考えました。

フルーツがおいしいのは
うきはテロワール
のおかげです

国産フルーツは魅力的。
もっと使いたいです



高木 ようこそ、「うきはフルーツ王国」へお越しくださいました。

辻口 失礼ながら…僕はうきは市という地名と場所を、今回はじめて知りました。フルーツが豊富にとれるのだから、パティシエとしては今日の訪問に心惹かれました。

高木 一年365日、フルーツが収穫できる全国でも稀な土地がらです。しかもフルーツそれぞれの品種が多いのが特徴です。市場に出回っているもので、ブドウは50品種、柿は16品種、梨も16品種あります。

辻口 すごい数ですね。ブドウってそんなに品種があるんですか。

高木 なんでこんなにうきは市ではフルーツがとれ、品種も多いのかと。4年かけて科学的根拠を調べたところ、地形・地理、気温、土壌、風、水、雨量という条件がそろって良く、フランスのボルドーに似ている自然条件だとわかりました。この調査の後、私たちは「うきはテロワール」と名づけました。

辻口 いいネーミングですね。大地の恵みを大切に、おいしいフルーツをつくりたいという想いが伝わってきます。

高木 そうなのです。農家さんたちは日々おいしいフルーツをつくらうと努力されています。でも、実は大きな課題があるのです。

辻口 それは未利用果実の廃棄ですね。

漠然とは知っていましたが、それほど大量なのですか？

高木 残念なことですが、たとえば柿は実際のところ4割ほどが未利用のまま廃棄されているのが現実です。ブドウや桃も廃棄量が多いです。ちょっとした形やキズ、虫食いなどで規格外となり、取引から外されてしまうのです。

辻口 そんなに多いんですか！ 規格外品は捨てられる運命しかないんですか？

高木 このフードロスの課題解決は急務です。昨年、市内に6次加工センターを開設し、農家さんたちが未利用果実を活用できる場をつくりました。一番の狙いは、ここで収穫期にとれたフルーツを1・5次産業化することです。つまり生のフルーツの状態ではなく、農家がピューレなどに加工して冷凍すれば、保管も配送も可能になります。

辻口 国産フルーツの冷凍ピューレは、なかなか手にできない食材です。全国のパティスリーも興味を持つと思いますよ。今日このあとのフルーツロールケーキのデモンストレーションでも、ブドウやイチジクなどのピューレを活用できます。

高木 フルーツを生かしたロールケーキということで、とても楽しみです。うきは市内はスイーツのお店も多いので、みなさんに伝えたいですね。

柿生産の課題

うきは市の柿の総生産量（JA出荷量）※約7割が富有柿
6000t～7000t



このうち規格外品として市場に出まわらない量
600t～1000t

※この他にも形状や大きさなどの理由により、JAに出荷されず廃棄される柿が多い。

未利用果実として
廃棄
されてしまう！



うきは市の柿農家は530軒。柿の収穫は9月中旬～12月中旬頃までで、甘柿の生産量は全国一。

辻口シェフの

フルーツと愛情を卷きます

MISSION

2

「ロールケーキ」デモ

ロールケーキのフィリングにするピオーネは皮をむきます。ヘタのほうに十字の切り目を入れると、きれいにスリリ。



ピオーネを皮ごと炊いて、色鮮やかなコンフィチュールに。この酸味がロールケーキの味のポイントに。冷凍ビュレでつくってもOK。



4 フルーツたっぷり、皮をむいたピオーネを2列並べます。



3 さらに上からクリーム・シャンティイを全体にぬります。



2 まず生地にピオーネのコンフィチュールをぬります。太白胡麻油を配合した生地は、日本のフルーツの繊細な味わいを邪魔せず、ふわふわ、しっとり。



1 「ピオーネのロールケーキ」のデモの様子をお届け。生地、ピオーネのコンフィチュール、クリーム・シャンティイを用意して、辻口シェフのデモがはじまりました。



デモンストレーションがスタート!



5 手前のピオーネを軸にして少しきつめに巻いて芯をつくります。



6 あとは軽く転がして最後まで巻きます。

フルーツロールのデモンストレーションを終えた辻口シェフと、「自由が丘ロール屋」統括アトリエ長の高野哲さん。おつかれさまでした!

自由が丘ロール屋

東京都目黒区自由が丘
1-23-2 ☎03-3725-3055 🕒11:00~19:00 (水、第3火(臨時休業あり)) <https://www.jiyugaoka-rolliya.jp/> ▶ シーズン商品を含む10種類以上のロールケーキがショーケースに。オンラインショップもあり。人気の定番「季節のフルーツロール」にうきは市のフルーツも近々登場予定です!



フルーツ好きのみなさんに好評でした!

誌上公開!

フルーツを味わう

基本のロールケーキ

太白胡麻油でつくる生地と、クレーム・シャンティイでつくる
もっともベーシックなロールケーキのレシピです。
これをマスターすれば、あとは季節のフルーツを
巻き込んでアレンジするだけ。
ふわっ、しっとりのシンプルな生地だからこそ、
フルーツの最高の味わいを引きだすことができます。

材料 / 1本 = 16個分

■生地 天板38cm×58cm 1枚分

全卵 292g

グラニュー糖 115g

牛乳 55g

ハチミツ 26g

水飴 26g

太白胡麻油 70g

薄力粉 138g

■クレーム・シャンティイ

生クリーム(乳脂肪分47%) 165g

生クリーム(乳脂肪分35%) 165g

グラニュー糖 23g



太白胡麻油はバターを使わなくてもコクやうまみがあるお菓子ができ、生地に配合するとふわふわと柔らかく、しっとり保湿。製菓におすすめ。

ふわっ、しっとり



つくり方

■生地

①ミキサーボウルに全卵を入れてほぐし、グラニュー糖を加えて混ぜる。湯煎にあてて40℃くらい(人肌程度)になるまで温める。

②①を高速でしっかりと泡立て、最後に低速でしばらく立ててキメを整える。

Point ホイッパーですくっても落ちないくらいまで、しっかりと立てる。

③①②の作業をしながら、小鍋にAの牛乳、ハチミツ、水飴、太白胡麻油を入れて火にかけ、フツフツするくらいまで軽く沸かす。

④②にふるった薄力粉を入れ、ゴムベラでさっくりと混ぜる。

⑤さらに③を熱い状態で加えて混ぜる。

⑥紙を敷いた天板に流し、平らにならす。

Point 生地をのばすように、なるべく少ない回数でならす。

⑦170℃のオーブンで約12分焼く。

網の上にのせて冷ます。

■クレーム・シャンティイ

①材料すべてを8分立てにする。角が立つくらいが目安。

Point 高脂肪の生クリームで保形性を高めながら、低脂肪の生クリームと合わせることでくどくならず、フルーツにもよく合う配合。好みや季節などによって1種類だけにしてもOK。

②①の全体にクレーム・シャンティイをぬる。

③手前から紙ごと生地を持ちあげてひと巻きし、そのまま最後まで巻く。紙の上から手で形を整える。

Point はじめのひと巻きはしっかりと巻き込んで芯をつくる。あとは転がすように軽く巻けばOK。

④冷蔵庫にしばらく入れて締めてから、両端を切り落とし、厚さ3cmにカットする。

Point フルーツを巻く場合は、クレーム・シャンティイをぬった後に、手前を少しあけてフルーツを1列に並べる(ブドウは1列で17個が目安)。芯をしっかりとつくれるように、フルーツの大きさによって手前をどれだけあけるか変えるのがポイント。カットした切り口がきれいに見えるように、フルーツを並べる向きも大切。フルーツは好みで2列、3列並べてボリュームたっぷりにしてもOK。



デモのロールケーキ2品のレシピはこちら

イチジクの
キャラメルロールケーキ

ピオーネのロールケーキ

秋深しのキャラメル
濃厚テイスト

ジューシーな
ピオーネとヨーグルトで
甘ずっぱい



▲レシピはこちら

キャラメル風味のシフォン生地、イチジクのコンフィチュール、クレーム・シャンティイ、クレーム・ディプロマツ、キャラメルソース、イチジクなどをロール。



▲レシピはこちら

ヨーグルト風味のシフォン仕立ての生地。ピオーネのコンフィチュールとクレーム・シャンティイをぬり、ピオーネを巻く。



ジャパンメイドの新・万能甘味料 「柿キャラメル」できました！

生かす
MISSION 33

未利用果実の廃棄率が高い柿。そんな柿の甘味を生かし、砂糖なしで煮詰めた「柿キャラメル」は果糖由来のすっきり、そして丸みのある甘さ！

福岡市内の有名シェフの活用レシピやコメントもご紹介します。

パンストックの一品

ベーカリーの素材として 柿キャラメルを使いました

これまでにうきは市の柿やイチゴの未利用品でパンをつくってきた平山哲生シェフ。「柿キャラメルは組み合わせる素材によって、果実由来の繊細な風味や酸味、香りがでてきておもしろいですね」。黒ごまたっぷりの滋味あふれるパンとクリームチーズ、柿キャラメルのとりあわせは、不思議なほどに調和して懐かしい味わいが生まれました。これからも現地と連携しながら未利用果実を活用したいといいます。



ごまストックと
柿キャラメル

ごまストック（生地純ねり胡麻 黒ソフトパウチと太白胡麻油を配合）に横に切り目を入れ、クリームチーズ15g、柿キャラメル9gをサンドする。



パンストック 福岡市東区箱崎
6-7-6 ☎092-631-5007 営
10:00～19:00 休月、第1・3火
Instagramあり



柿ピューレ500gと太白胡麻油50gを弱火にかけ、ゆっくり水分を飛ばしながら糖度55度まで煮詰める。太白胡麻油の効果で適度なコクがでて、ツヤツヤに。鍋やヘラ、包装後のパッケージにくっつきにくく扱いやすくなるのもメリット。「よりキレをだしたい場合はジンやウォッカ、ホワイトラムなどを15g入れてもいい」と中野シェフ。



柿のキャラメル
パウンド

材料／8cm×16cm×高さ6cmパウンド型10本分
生地〔無塩バター230g グラニュー糖300g
柿キャラメル30g アーモンドパウダー230g
全卵350g（殻含む）薄力粉180g ベーキング
パウダー5g〕柿キャラメル300g 柿キャラ
メル、クルミのプラリネ、チュイル各適量

①室温にもどしたバターとグラニュー糖、柿キャラメル、アーモンドパウダーを少し白っぽくなるまで立て、全卵を4回に分けて加える。②合わせてふるった薄力粉とベーキングパウダーを加えて混ぜる。③型に②を半分まで絞り入れ、柿キャラメルを30gずつ入れ、さらに②を絞り入れる。190℃のオーブンで約30分焼く。④上面に柿キャラメルをナパージュがわりにぬり、クルミのプラリネ、チュイルでデコレーションする。

うきはのパティスリーから 柿キャラメルを発信

「地元で国産フルーツが廃棄される現実を目の当たりにしているので、収穫期に大量にとれるフルーツの加工保存と活用法を探りたかった」と、うきは市のパティスリー「ミエル」の中野恭輔シェフ。柿の甘みに注目し、甘味料として使える「柿キャラメル」を開発しました。天然の果糖由来で、ヴィーガンユースも視野に。今秋収穫の柿で本格的に製造がスタートします。



うきは市内のパティスリー「ミエル」の中野恭輔シェフ（左）と、6次産業化センター「うきは夢ラボ」施設長の高瀬哲也さん。未利用果実の活用法を探るなかで、柿キャラメルを考案。二人は新たに野菜やフルーツの通販サイト「ラテールうきは」もスタート。小サイズ2500円（送料込み）〜で、ここでも未利用果実や野菜を活用する。



ごま油も
セットどうぞ！

ミエル うきは市吉井町1340 ☎0943-75-3802 営10:00～19:00 休第3水
<https://mielukiha.com/> ▶隣には姉妹店のアイスクリームショップ「SNOW」もある。

ジョルジュマルソーの一品

上質な甘みを料理に生かす

未利用果実を生かすミッションに共感した、と小西晃治シェフ。ブリオッシュの甘みとして柿キャラメルを配合し、フォワグラと組み合わせてくれました。「柿は焼いてキャラメル化するとおいしくなる。甘味料として柿キャラメルがあれば、料理への活用度は大きい」。お客様にもとても好評な一皿が生まれました。

ジョルジュマルソー 福岡市中央区大手門1-1-27 オーテモンウェルリバーテラス1F ☎092-721-5857 営業 11:45～15:00 (13:30 L.O.)、18:00～23:00 (21:00 L.O.) 休無 <http://gm.9syoku.com/> ▶現在、日によりランチ、ディナーを交代的に営業中。渡辺通にあるパティスリーも人気。



柿キャラメルのブリオッシュをスライスして両面を焼き、フォワグラのポワレを盛りつけ、柿キャラメル、スプラウトをのせる。ヴィネグレットで和えた野菜を添え、ソースとして煮詰めたバルサミコ酢、圧搾純正胡麻油 濃口を皿に流す。

柿キャラメルのブリオッシュ

材料／6.5cm×16.5cm×高さ4cmパウンド型3本分 強力粉250g 全卵50g 卵黄50g 柿キャラメル50g カソナード40g 塩3.5g 牛乳100g インスタントドライイースト2g 無塩バター 25g 太白胡麻油25g

①バターと太白胡麻油以外の材料をミキサー(ビーター装着)で練り合わせ、ボマード状にしたバター、太白胡麻油をそれぞれ少しずつ加えて混ぜる。②室温で1次発酵を1時間とり、冷蔵庫に1、2時間入れて締める。③分割、成形して型に入れ、室温で2次発酵を40分～1時間とる。④190℃のオーブンで15分～17分焼き、途中上面に焼き色がついたら180℃に下げる。



フォワグラのポワレと
柿キャラメルのブリオッシュ

柿のまろやか酢豚



材料／1皿分・タレはつくりやすい量 タレ[柿キャラメル100g 砂糖20g ケチャップ50g 米酢50g 水50ml] ごま豆腐(1.5cm角)6切れ しゃぶしゃぶ用豚バラ肉6枚 薄力粉適量 衣[全卵1個 薄力粉大さじ1 片栗粉小さじ2 太白胡麻油小さじ1] 揚げ油適量 太白胡麻油小さじ1
①柿キャラメルと上白糖、ケチャップを混ぜ、米酢、水を少しずつ溶き入れてタレをつくる。②ごま豆腐を豚肉で包み、薄力粉をまぶす。③衣の材料を合わせて②をくぐらせ、160℃の揚げ油でカリッとすするまで約2分揚げる。④中華鍋で①のタレ200mlと③を混ぜながら煮立て、ツヤがでてきたら仕上げに太白胡麻油を加えてからませる。

蓮双庭 福岡市博多区博多駅東2-7-27 TERASO 2F ☎092-411-4188 営業 11:30～15:00 (14:30 L.O.)、17:00～22:00 (21:00 L.O.) 休無 <http://www.wslotusgarden.com/>

蓮双庭の一品

柿キャラメルと柿の葉茶で新作誕生！

酢豚の甘みに柿キャラメルを生かした一品は、甘さに奥行きがあってまろやかで、ほんのりフルーティ。柿キャラメルのアイスクリームも滋味深い逸品です。平賀大輔シェフ会心の新作は、柿の葉茶のスープ炒飯。「医食同源の中国料理らしく、柿の葉茶の健康効果とおいしさを両方生かしました」。

柿のアイスクリーム



材料／1皿分・アイスクリームはつくりやすい量 アイスクリーム[牛乳1000ml 生クリーム200ml コクと香りのねりごま 白50g 柿キャラメル500g 全卵10個 グラニュー糖200g] すり胡麻 白、カカオニブ各適量 乾燥柿1枚

①牛乳、生クリーム、コクと香りのねりごま 白、柿キャラメルを80℃まで加熱し、白っぽくなるまで泡立てた全卵とグラニュー糖に少しずつ加える。湯煎にかけてとろりとするまで加熱し、漉して冷やしてからアイスクリームマシンにかける。②すり胡麻 白、砕いたカカオニブを器に敷き、乾燥柿をのせ、①を盛りつける。*乾燥柿は生柿の皮をむいて-2℃で半凍結させてから厚さ8mmに輪切りし、低温のオーブンなどで乾燥させたもの。乾燥後は厚さ2mmくらいになり、水でもどすと元の厚さにもどる。



柿の葉茶の スープ炒飯



具にもスープにも
柿の葉茶

材料／1皿分 柿の葉茶4g お湯180ml 炒飯[太白胡麻油適量 卵L1個 温かいごはん230g 塩、コショウ各適量 長ネギのみじん切り大さじ1 水小さじ1 醤油小さじ1/3] スープ[薄めの金華ハムのスープ、柿の葉茶各約180ml 塩適量]

①柿の葉茶はお湯を入れて2分半おいて抽出する。漉して、しっかりと茶を絞る。茶葉は茎があれば取りのぞき、7g分をみじん切りにする。②中華鍋を熱して太白胡麻油をなじませ、卵を溶き入れ、ごはんを入れて炒める。塩、コショウをし、①の茶葉、長ネギ、水を加え(茶葉が水分を吸ってダンゴ状になるのを防ぐため)、仕上げに醤油を加える。③金華ハムのスープと①の柿の葉茶を同割で合わせて煮て、塩で調味する。④炒飯を盛りつけ、スープを注いで供する。

秋の柿をおいしく食べつくす

MISSION 4

うきはスイーツ作戦



晩秋にはうきは市を囲む耳納連山の斜面一面、柿の木が紅葉して「柿紅葉」の光景に。



柿キャラメルをサンドしたプレミアムバターサンド(予価460円)が新発売。

スイーツお目当てのショートトリップでも人気のうきは市。市内にはスイーツを楽しめるお店が50店以上もあります。柿キャラメル(→P11)や柿を使った秋スイーツをどうぞ!

ウキハスタンド! うきはの名物スイーツでサプライズ!



「ウキハスタンド!」では、うきは市のおいしい食材を集めたテイクアウトのスイーツがよりどりみどり。なかでも「うきはパフェ部」提案のシーズンパフェや、うきは市名物の「柿氷」はマストです!



街歩きを楽しみながらでも、店頭のベンチでくつろいでも。



モンブランと柿づくしの秋パフェ

上/秋といえば、モンブランパフェ(予価850円)。砂糖を使わず、柿キャラメルでモンブランクリームに甘みをつけているのがポイント。右/未利用果実の活用策として、うきは市と中村学園大学が共同開発した柿氷(590円)はうきはの名物スイーツ。



柿キャラメルのアクセントで奥深い味わいに

柿でおいしいサプライズ!



ウキハスタンド! うきは市吉井町1366-1 ☎0943-73-7783 営11:00~17:00 (休不定 Instagramあり ▶隣にはセレクトショップ「うきはせれくと」があり、プレミアムバターサンドも販売中。



柿のフルーツサンド新発売



イチジクはとよみつひめ

シャインマスカットとピオーネ



イチジクと生クリーム、柿キャラメルのイチジクフルーツサンド(750円)は、柿キャラメルが味のアクセントに。プリンと一緒にサンドしたプリンイチジクサンド(900円)も登場! 生クリームは地元福岡県のオーム乳業。



うきはんと
キュートなフルーツサンド

地元の老舗「フナキベーカリー」のほんのり甘い食パンと、旬のフルーツ、生クリームたっぷりのフルーツサンドとプリンのお店。うきはのフルーツに惹かれ、県外から移住した姉妹が6月にオープンしました。「フルーツがおいしくて、人もやさしい。うきはが大好きです」と妹の荒木伴子さん。フルーツサンドもやさしさに満ちています。

うきはんと うきは市浮羽町朝田587-1 サンピットバリュー-浮羽店1F ☎090-5289-9591 営10:00~15:00(売り切れ次第閉店) (休)月、火 <https://ukihant.com/> ▶「道の駅うきは」でも販売。



柿の甘み、
おいしさを
丸ごとローストで
存分に

柿のタルトタタン風(420円)。
完熟柿の上部をくりぬいて太
白胡麻油を注ぎ、丸ごとじ
っくりロースト。パイ生
地、焼いたクレーム・
ダイヤモンド、クレーム・
ディプロマットと
ともに。



ル・シュクル フランス菓子の人気の名店

宗像市で創業し、2008年にうきは市に移転したパティ
スリー。オーナーシェフの林田幸洋さんがつくるケーキ
は、フランス菓子の伝統を感じさせながら、一年中豊富
にとれる地元のフルーツをふんだんに使ったもの。秋に
は未利用果実となる柿を利用したケーキも並びます。

柿ブームの
予感



ル・シュクル うきは市浮羽町浮羽289-8
☎0943-77-7090 営業 10:00～20:00
休水 <https://www.lesucré.jp/>



左／柿のチーズケーキ(420
円)。柿を練りこんだ濃厚な風
味のベイクドチーズケーキに、
八角を入れて炊いた柿ジャムを
添えて。上／柿のガトーバスク
(400円)。コニャックに漬けた
干し柿を入れてリッチに。生地
には太白胡麻油を配合して柿
の持ち味を引き立てる。



太白胡麻油、レモン、砂糖、塩のヴィネグ
レットでマリネした季節のフルーツをロー
ルケーキにトッピング。人気の定番商品。



ファロリート ホステル1階にある 集いのカフェ

目抜き通りの白壁の町並みに、今年6月にオー
プンしたゲストハウス「ファロリート」。古い民家
を利用した趣のある1階にはカフェもあります。
「ほっと心を落ち着けてもらえる場所になれば」とオーナーの谷川加奈子さん。おいしいフー
ドやドリンクを楽しみながら、ゆっくりとしたひ
と時を。

ファロリート うきは市吉井町1386 ☎0943-
73-7500 営業 11:00～22:00(カフェ) 休月
Instagramあり ▶ドミトリールーム1泊3500円～。



うきはの柿
おいしいです



太白胡麻油のドレッシングで和えた野菜に柿キャ
ラメルとマヨネーズをかけたローストポークサラダ
(850円)は、おかずにもなるパワーサラダ。自家
製のスコーンにも柿キャラメルを添えて(400円)。

フルーツパラダイスへ
ようこそ

九州の道の駅ランキングで
常に上位にランクイン。一
年中とれるフルーツをお目
当てにぜひ。秋は柿、ブドウ、
梨、イチジクのほか、柑橘類、
リンゴも。



道の駅うきは うきは市浮羽町山北729-2 ☎
0943-74-3939 営業 9:00～18:00 休第2火
(祝日の場合は翌水休、7～9月は無休) ▶
<http://www.michinoeki-ukiha.com/>

うきはの情報発信
ステーション

常駐コンシェルジュが観光
案内。うきは市にまつわる
本の閲覧、子供連れの休
憩スペースとしても使える
多目的スペース。道の駅う
きは(←左記)に隣接。



ウキハコ うきは市浮羽町山北733-1 ☎
0943-74-3474 営業 10:00～16:00 休月、
第2火(火曜が祝日の場合は翌水休、7～9
月は火曜も営業) <https://ukihaco.jp>

炭火屋るぷりん

透明感のある甘みで 和食に新たな可能性を

日本国内の個性的な食材や生産者にアンテナを張りめぐらす銀座「るぷりん」。国産フルーツの繊細な味わいも大切にする同店では、ピオーネを煮詰めて砂糖やみりんの代わりに使った料理を提案してくれました。「砂糖よりもまろやかで、日本的なほどよい甘み。ピオーネの酸味もほどよく残っているので、料理が奥深い味わいになります」とシェフの海老澤淳一さん。和食の甘みの幅が広がります。

竹下牧場のモッツアレラと ピオーネのカプレーゼ

材料／1皿分 モッツアレラ1½個 海塩少々 ピオーネのキャラメル(→右レシピ)大さじ1½ ルーコラ・セルバチカ適量 生コショウの塩漬け約10粒 太白胡麻油適量

①モッツアレラに海塩をふり、ピオーネのキャラメルをかける。ルーコラ・セルバチカを添え、生コショウの塩漬けをちらし、太白胡麻油をかける。



食材ペアリングの妙で
ピオーネの甘みが際立ってくる



炭火屋るぷりん

東京都中央区銀座6-7-7 浦野ビル2F ☎03-3289-8010 🕒15:00～22:00(21:00L.O.) 📅月
<http://lupulin-ginza.com/> ▶3階には「麦酒屋るぷりん」があり、メニューは共通。

和とフレンチの ブドウ、イチジクのこの一品

収穫期に完熟フルーツを無添加・無加糖でピューレに加工。

市場に出回れば、未利用果実の活用につながります。

国産フルーツのピューレを待ち望む東京の2店で
柿キャラメル(→P11)のようにブドウとイチジクの
ピューレを煮詰めた甘味を料理に生かしてもらいました。



生姜焼きの
タレの甘みに一工夫
ピオーネとガリの
粹なあしらいも

みやじ豚の生姜焼き串

材料／1皿分 ピオーネのキャラメル[ピオーネのピューレ(皮むぎ)500g 太白胡麻油大さじ4] 生姜焼きのタレ[醤油100g、ピオーネのキャラメル(→上記)25g、煮切り酒20g、すりおろしショウガ、ニンニク各15g] 豚肩ロース肉40g 塩少々 ガリブドウ[ピオーネ、ガリ、太白胡麻油各適量]

①ピオーネのピューレと太白胡麻油を中火にかけ、ゆっくりと½量になるまで煮詰める(糖度40度)。②生姜焼きのタレの材料を合わせる。③豚肉を5切れに切って串を打ち、軽く塩をふって炭火で焼き、ある程度火が通ったら②のタレをからめながら焼く。④ガリブドウのピオーネの皮をむいて半分に切り、せん切りにしたガリ、太白胡麻油と和える。



るぷりんの素に登場!

通年の看板商品「かき氷」のシロップや、人気のタレなどをビン詰めにして店頭やオンラインショップで「るぷりんの素」として販売。生姜焼きのタレ(1296円)は9月から新発売。



好相性のイチジクと
クルミを合わせて。
独特のねっとり食感がたまらない



日本の
フルーツピューレと
太白胡麻油が醸し出す
ピュアな甘み

イチジククルミバター

材料／つくりやすい量 [イチジクピューレ500g 太白胡麻油25g] 無塩バター100g ザラメ糖10g クルミ50g

①イチジクピューレを強火にかけ、ゴムベラで絶えず混ぜながら煮詰める。とろりとしてきたら中火にして太白胡麻油を加え、鍋底にゴムベラの跡が残るようになるまでさらに加熱する(糖度30度)。②ボウルに移して氷水にあて、もったりするまで練り混ぜながら冷やす。③100gを取り分け、無塩バター、ザラメ糖、クルミ(ローストして粗く刻む)を加えて混ぜる。

ラボンヌターブル

フレンチ仕立てで堪能する “自然の甘味料”

国産フルーツピューレは、生果本来のみずみずしい風味とやさしい酸味が魅力。「無添加のピューレは希少なので、ナチュラルな味わいを生かしたい」と中村和成シェフ。相性のよい乳製品と合わせたり、ソースや煮込み料理にとアイデアが膨らみます。太白胡麻油を加えてなめらかに仕上げ、果実の甘みとうまみを濃厚に感じるメニューができました。

トウモロコシのアイスクリームと ブドウキャラメル

材料／つくりやすい量 ブドウキャラメル[ピオーネのピューレ(皮あり)500g 太白胡麻油25g] A[牛乳350ml 生クリーム125ml エバミルク150ml バニラビーンズ1/2本分 水飴75g] B[卵黄120g グラニュー糖75g] トウモロコシの実1 1/2本分 フルム・ダンベル、トウモロコシの実(塩ゆで)、黒コショウ各適量

①ピオーネのピューレを強火にかけて煮詰め、泡が小さくなったら太白胡麻油を加える。キャラメルのような香りがしてきたら弱火にし、ゴムベラの跡が残るようになるまで煮詰める(糖度75度)。ボウルに移し、氷水にあてて混ぜながら冷やす。ジャムよりも硬めの状態。②Aを沸騰直前まで加熱し、白っぽくなるまで混ぜたBに加えて漉す。トウモロコシを加えてもったりするまで加熱し、粗熱をとってからミキサーでなめらかにし、アイスクリームマシンにかける。③①、②、5mm角に切ったフルム・ダンベル、トウモロコシを盛りつけ、黒コショウを挽く。



香ばしくなるまで煮詰めた
ブドウの濃厚ソースで
大人のデザートに。
ワインやウイスキーに
ぴったり!



ラボンヌターブル

東京都中央区日本橋室町2-3-1 コレド室町2 1F
☎03-3277-6055 ☎11:30~15:00(13:30
L.O.)、17:30~22:00(20:00L.O.) 休不定
<http://www.labonnetable.jp/> ▶ランチ
5000円〜、ディナー1万円〜。

今宵、月待ちこよい

満ち欠けをくり返し、
夜ごとに姿を変えるお月様。
今のように電気もなく、
漆黒の夜を過ごした昔、
夜空に浮かぶお月様は
とても神秘的な存在でした。
私たちも今宵、
月を仰いでみませんか。
お月様を待ちながら、
親しい人と飲み交わし、
食膳を囲み、
秋の夜長の楽しいひと時を。
そんな4つのシーンを
ご紹介します。



京

都・花脊の自然に佇む料理
旅館「美山荘」で育った大原
千鶴さんにとって、大人になった
今も月はとても親しいものです。

「秋は空気が澄んで、なおのこと
美しく見えるので心奪われます。
月は雲があったほうがきれいね。
雲がないと丸いお月さんがぼっか
り上がって明るいただけなんだけれ
ども、流れゆく雲があると雲間か
らその様子が月明かりを通して見
える。『ああ、雲がかかって隠れて
しまった。もうちょっとででるか
ら待ってみよう』という感じでいる
から、いつまでもずっと眺めてい
られるんです」

実家を手伝っていた頃は、月明
かりの縁側にお酒と肴を用意し、
ご両親と空が白むまでおしゃべり
をしたことも懐しい思い出です。





風流な
お月見酒の夜

酒盃に菊花を一片浮かべて月明かりを映す。佳肴とともに飲み干せば、新たな力が身に宿る。「月光には人の心を浄化する作用があると思いますね」と大原さん。

ごま香り、酒すすむ、
月待ちの夜の宴



大原千鶴さん

京都・花脊にある名料理旅館「美山荘」の次女として、幼い頃から料理に親しむ。「大原千鶴のすぐごはん 冷蔵庫にあるもので」(高橋書店) など著書も多数。



卵黄とごま油がコクをプラス

春菊のチョレギサラダ

材料:2人分 春菊(葉の柔らかい部分)70g ベーコン30g A[压榨純正胡麻油 濃口大さじ1 塩小さじ1/3 卵黄1個分] いり胡麻 白、菊花各適量

①春菊は長さ5cmに切る。②ベーコンは細切りにし、フライパンでこんがりと焼く。③ボウルにAを入れて混ぜ、①を加えて和える。④②とともに盛りつけて、いり胡麻 白をふり、菊花をあしらう。



芋名月の主役になり胡麻をとろり

ゆで小芋 ねり胡麻ディップ

材料:2人分 里芋(小さいもの)10~20個 A[コクと香りのねりごま 白大さじ3 米酢、砂糖、淡口醤油各大さじ1]

①里芋は皮つきのまま、鍋にひたひたの水とともにに入れて中火にかける。竹串がスッと通ったらお湯を切り、熱いうちに皮をむく。②Aの材料を練り合わせる。③器に①を盛り、②をかける。④里芋はゆであげた時に塩少々をふり、皮つきのまま供してもいい。

太白胡麻油で揚げた“甘味”を楽しむ 鶏皮の塩から揚げ

材料:2人分 鶏皮2~3枚(約100g) 塩、粗挽きコショウ各適量 シシトウ4本 太白胡麻油適量 片栗粉適量

①鶏皮は大きければ食べやすく切り、塩、粗挽きコショウをふる。②シシトウはヘタを切り落とし、竹串を数ヶ所さす。③フライパンに太白胡麻油を入れて中火で170℃に熱し、②のシシトウを素揚げする。①の鶏皮に片栗粉をまぶしてカリッと揚げる。塩少々をふって盛りつける。

月待ちの宴の隠し味は
香り豊かなごま油三昧



濃厚なアヒージョに浮かぶ長芋の満月

キノコと長芋のアヒージョ

材料:4人分 長芋5cm 大黒シメジ4個 ニンニク3かけ 鷹の爪1本
太香胡麻油50ml アンチョビ1缶(35g)

①長芋は皮をむいて厚さ1cmの輪切りにし、水にさらしてから水気を取る。大黒シメジは石づきを取りのぞき、縦半分に切る。②小さい土鍋にニンニク、種を取りのぞいた鷹の爪、太香胡麻油を入れて中弱火で温める。香りが立ってきたら、長芋を並べて両面に焼き色をつける。③さらに大黒シメジを加えて火を通し、上にアンチョビをのせる。グツグツ沸いてきたら食べ頃。



日本百名月にも認定されている三重県「伊賀の月」。

伊賀で生まれた俳人・松尾芭蕉は月を愛し、「月ぞしるべこなたへ入らせ 旅の宿」などの句を残しています。この地で江戸時代より続く窯元「土楽」の八代目である福森道歩さんにも、月にまつわる数多の思い出が。

「子どもの頃、眠くなると離れの寝床まで母がおぶっていかれました。そのとき月がでていると母が『まんまんさん、あーん』しなさいと。京の幼児語で仏様を拝む時の言葉なんです。月はありませんが、ものなんですわ」

近年は窯焚きが終わって、ふと見あげた夜空に煌々と輝く月に見惚れて、そのまま月光浴を楽しむことも。ごま油の芳香に包まれた飛龍頭や長芋は、そんな満月に見立てています。



日本百名月に数えられる、伊賀の月。夜空を見あげると、伊賀上野城の天守閣には満月が煌々と。画像提供／伊賀市産業振興部観光戦略課



福森道歩さん

「土楽窯」八代目。料理学校、京都の禅寺の生活を経て家業を継ぐ。作陶の傍ら、土鍋を使った料理が評判に。著書に「ひとり小鍋」(東京書籍)など。



飛龍頭に里山の幸をたっぷり
鍋を囲んで月待ちの宴がはじまる
飛龍頭とたっぷりキノコ鍋

材料:4人分 飛龍頭[木綿豆腐2丁 海老10尾 酒大さじ2 乾燥キクラゲ大1個 銀杏10個 卵黄2個分 長芋(すりおろし)長さ3cm分 薄力粉大さじ2 塩、醤油各小さじ1 練りカラシ適量] 揚げ油(太白胡麻油3:圧搾純正胡麻油 濃口1)適量 好みのキノコたっぷり 鶏モモ肉2枚 水菜2束 長ネギ1本 だし2ℓ A[日本酒50ml 塩大さじ1/2 醤油大さじ2] かけ旨ごま油 一番搾り適量 柚子胡椒、柑橘類適宜

①飛龍頭をつくる。豆腐を薄く切ってキッチンペーパーで包み、まな板などで重しをして水切りする。②海老は殻をむいて3等分し、酒でもむ。乾燥キクラゲは水でもどして細切りにする。銀杏は殻からだしてゆで、薄皮をむく。③①をすり鉢でしっかりすり、卵黄、長芋、薄力粉、塩、醤油を加えてさらにする。②の海老、キクラゲも加えてよく混ぜる。④手に油(太白胡麻油など・分量外)をぬり、③を10等分にして練りカラシ、銀杏を1個ずつ入れて丸める。⑤揚げ油を170℃に熱し、④をキツネ色になるまで揚げる。⑥キノコは石づきなどを取りのぞき、大きめに裂く。鶏肉は皮目を香ばしくあぶって焦げ目をつけ、幅1cmに切る。水菜は長さ5cmに切る。長ネギは長さ5cmの細切りにして水にさらし、白髪ネギにする。⑦土鍋にだしを入れて温め、沸騰したらAを加える。キノコ、鶏肉を加え、煮立ったら飛龍頭、水菜を入れてさっと火を通す。⑧取り分けて白髪ネギを盛り、かけ旨ごま油 一番搾りをかけて食べる。好みに柚子胡椒やスダチ、柚子などの柑橘を入れても美味。



ごま油で香ばしく揚げた飛龍頭は月に見立てて。このまま醤油で食べてもおいしいが、里山の幸のキノコのうまみをたっぷり吸い込んだおいしさは格別。器に盛り、たっぷりの白髪ネギ、かけ旨ごま油 一番搾りを回しかけて豊穣の秋を味わう。



秋深し、
月待ちの
楽しき宴

ごま油で素揚げしたゆり根でうまみをプラス

ゆり根としその実の混ぜごはん

材料:4人分 米3合 水3カップ A[日本酒大さじ2 塩小さじ2 醤油小さじ1] 昆布10cm ゆり根小2個 レンコン小1本 揚げ油(太白胡麻油3:圧搾純正胡麻油 濃口1)適量 しその実(塩漬け)大さじ3

①米はザルで洗って30分水切りした後、水を加えて2時間以上浸水させる。②ゆり根は1枚ずつにして黒いところを取りのぞき、よく洗う。レンコンは皮をむき、薄切りにして水にさらす。170℃に熱した揚げ油で色よく素揚げにする。③土鍋に①とAを入れて混ぜ、上に昆布をのせて炊く。最初は弱火5分、強火にして沸騰したらごく弱火で13分、最後に10秒強火にしておこげをつくる。④炊きあがったらゆり根の素揚げと、塩気を抜いたしその実を加えて混ぜ合わせる。⑤茶碗によそい、レンコンの素揚げをのせる。

スイートなお月様

真

ん丸のお月様のようなダックワーズ。表面にふった

軽い歯触りの粉糖と白ごまは、まるでクレーターのように見えるませんか。「ごまがふわっと香るのが、すごくいいんですよ。バタークリームに合わせた白ねり胡麻も上品だけどコクがでて、いいハーモニーになりました」と森大祐シェフ。中心には黄色のお月様のようなグレープフルーツのコンフィチュールもサンドされています。このダックワーズは秋シーズンにアンヴェデット本店で店頭に並びます。

シュワッ
口の中で溶ける
お月様



森大祐さん

パティスリー「アンヴェデット」のオーナーシェフ。清澄白河に本店、渋谷スクランブルスクエアに支店がある。ダックワーズ・セザムは限定で秋シーズンに販売。

アンヴェデット 東京都江東区三好2-1-3
☎03-5809-9402 ☎10:00~19:30(日
~19:00) 水 <http://envedette.jp/>

とろけるごま、はじけるごま

ダックワーズ・セザム

材料：16個分 ■ダックワーズ生地 A[卵白105g グラニュー糖52g 乾燥卵白1.2g] B[アーモンドパウダー64g 粉糖75g 薄力粉6g] 粉糖、いり胡麻 白各適量 ■セサミバタークリーム A[卵白23g グラニュー糖7g] B[グラニュー糖29g 水7g] 無塩バター100g 純ねり胡麻 白45g ■グレープフルーツのコンフィチュール*64g *グレープフルーツピューレ300g、グラニュー糖240g、LMペクチン9gを糖度55度まで炊く。

①ダックワーズ生地。Aを角がしっかり立つまで泡立て、合わせたBを加えてゴムベラで混ぜる。メレンゲが混ざって見えなくなればいい。②直径5.5cm×高さ1cmぬき型に絞り入れてすり切り、茶こして

粉糖を2回に分けてふり、いり胡麻 白をふる。③165℃のコンベクションオーブンで約15分焼く。④セサミバタークリーム。Aを泡立て、118℃まで加熱したBを加えてさらに立ててイタリアンメレンゲをつくる。⑤ポマード状にしたバターに純ねり胡麻 白を加えて混ぜ、④も加えて混ぜる。⑥③の生地に⑤のセサミバタークリームを8gずつリング状に絞り、中央にグレープフルーツのコンフィチュール4gを絞り入れる。生地を重ねてサンドする。



和と洋の こんな

また絶対に
食べたくなる
“ごま蜜うま”レシピ

大学芋

材料：つくりやすい量 サツマイモ1本 太白胡麻油適量 ごま蜜[压榨純正胡麻油小さじ2 砂糖100g 酢小さじ½ みりん大さじ1 水飴150g 醤油小さじ1½] いり胡麻 黒適量

①サツマイモは皮をむき、厚さ1cmの輪切りにし、面取りする。②小さめの鍋に太白胡麻油を1cmほど入れて160～170℃に熱し、①を全体が黄色っぽく色づくまで揚げ取り出す。サツマイモがヒタヒタに浸かる程度の油で蒸し揚げするので、揚げ油は少量でOK。③続けて油をさらに180℃に熱し、②を縁がカリッとするまで二度揚げする。④ごま蜜をつくる。ノンスティック加工の小鍋を弱火にかけ、ほんのりと温まったら、压榨純正を入れる。⑤砂糖、酢、みりんを入れ、弱火のまま時々鍋を傾けながら3～5分加熱し、大きな泡がではじたら火をとめる。⑥水飴と醤油を加え、鍋をゆっくり回して混ぜる。ふたたび弱火にかけて鍋を回し、とろみがついたら火をとめる。⑦⑥の蜜を温め、③のサツマイモを入れてからめる。盛りつけて、いり胡麻 黒をふる。

芋 名月を里芋ならず、サツマイモで。大学芋といえば、この人といわれるほどの愛食家、奥野靖子さんが教えてくれたのは甘いごま蜜をたっぷり染ませた大学芋です。「この蜜のかくし味はごま油。コクがでて、少量の油脂で砂糖の甘みがまろやかになるので、“蜜うま”でビックリするはずですよ」と奥野さん。ぜひみなさまもお試しを！



奥野靖子さん

「日本・大学芋愛協会」会長。大学芋を日々こよなく愛し、これまでに訪問した大学芋専門店が100店以上。大学芋の魅力を発信中。
<https://nihon-daigakuimo-kyoukai.jimdofree.com/>



むいた皮も素揚げにして塩をふると、滋味あふれるスナックに。



市販の焼き芋を皮ごと手でさいて素揚げし、蜜をかけた簡単大学芋。手抜きレシピなのに、驚きのリッチな一品に。



筋が多い両端は角切りに。蜜をからめる時に鍋の中央がフツフツしてくるまで熱すると、カリカリの飴状に固まる。

キノコといえば
この人!

しいたけ

「マッシュルーム」
山岡昌治シェフ



美味で健康にいい
日本が誇るキノコ

しいたけといえば、うまみ。しいたけは3大うまみ成分のグルタミン酸、干しいたけはさらにグアニル酸を豊富に含んでいます。これらのうまみは他の素材のうまみと合わせると相乗効果で倍増するので、昆布やチーズなどと一緒に料理するとどんどんおいしくなります。おいしいしいたけ選びは、傘に厚みがあって、裏側のヒダが黒くなくきれいなものを。傘は開ききらず、縁のほうの内側に丸まっているものを選んでください。

マッシュルーム

東京都渋谷区恵比寿西1-16-3 ゼネラルビル
恵比寿西M2F ☎03-5489-1346
<https://www.mush.jp/>



うまみを洗い流すのはもったいない!

傘の上を包丁の腹などでトントンと叩いて、ヒダの中のごま油を落とすだけでOK。



2020 しいたけコレクション

キノコがおいしい季節。一年中手に入る菌床栽培のしいたけに加え、
気温が下がる秋以降には原木しいたけも出まわります。
ごま油でしいたけを食べ尽くす、編集部おすすめのレシピをお届けします!



傘の裏側に圧搾
純正胡麻油を注ぐ。
ヒダに染みるほどのごま油が、
しいたけと具のつなぎ役に!

スタッブドしいたけ

しいたけには圧搾純正胡麻油!



軸のマヨグラ

recipe ① しいたけの軸をきざみ、マヨネーズと和える。② しいたけの傘の裏側に圧搾純正胡麻油を入れてヒダに行きわたらせ、①を盛る。③ パン粉とカレー粉、パセリを混ぜてトッピングし、180℃のオーブンで約12分焼く。



担々しいたけ

recipe ① 肉味噌100gに対して、コクと香りのねりごま 白5gを混ぜる。② しいたけの傘の裏側に圧搾純正胡麻油を入れてヒダに行きわたらせ、①を盛る。③ 180℃のオーブンで約10分焼き、仕上げに万能ネギの小口切りをふりかけ、純正ごまラー油をかける。



“しいたけ うまみ泥棒の スキレット”

塩昆布
しいたけアヒージョ

recipe ① 大きめなしいたけの傘の裏側に塩昆布とニンニクスライスを入れ、太香胡麻油を傘いっぱい注ぐ。② 160℃のオーブンで約15分焼く。

酒盗
しいたけ
アヒージョ

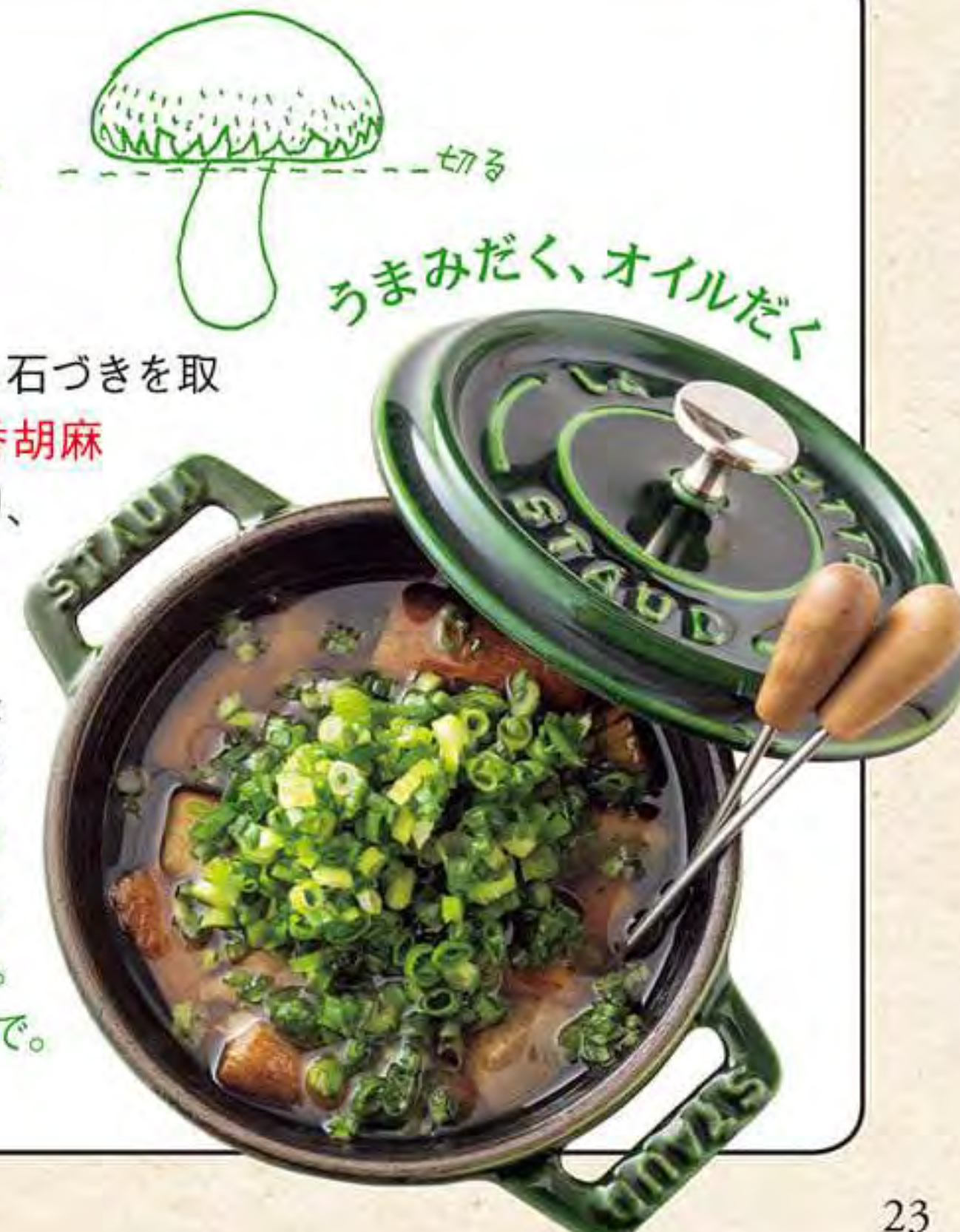
recipe ① 具を酒盗とパルミジャーノにし、あとは「塩昆布しいたけアヒージョ」と同じ。



最高のつまみができました

軸うまコンフィ

recipe ① しいたけの軸から石づきを取り、ココットに詰める。② 太香胡麻油をヒタヒタに注ぎ、塩をふり、170℃のオーブンで20～25分くらい加熱する(直火で煮てもOK)。③ 小口切りにした万能ネギや九条ネギをたっぷりのせる。*軸は生のまま冷凍保存できるので、ある程度ためてからコンフィにしてもOK。鷹の爪、ローリエなどもお好みで。





柿の種フライ

recipe ① 柿の種(ピーナッツなし)をフードプロセッサーで粉末状にする。
② しいたけを軸ごと半分に切り、薄力粉をまぶし、溶き卵にくぐらせ、
①をしっかりとつける。**③** 「天ぷら」と同じ揚げ油で、170℃で約3分揚げる。

キング・オブ・ しいたけレシピ

うまみを逃さず、
ごま油でジューシーに
揚げる



しいたけ天ぷら

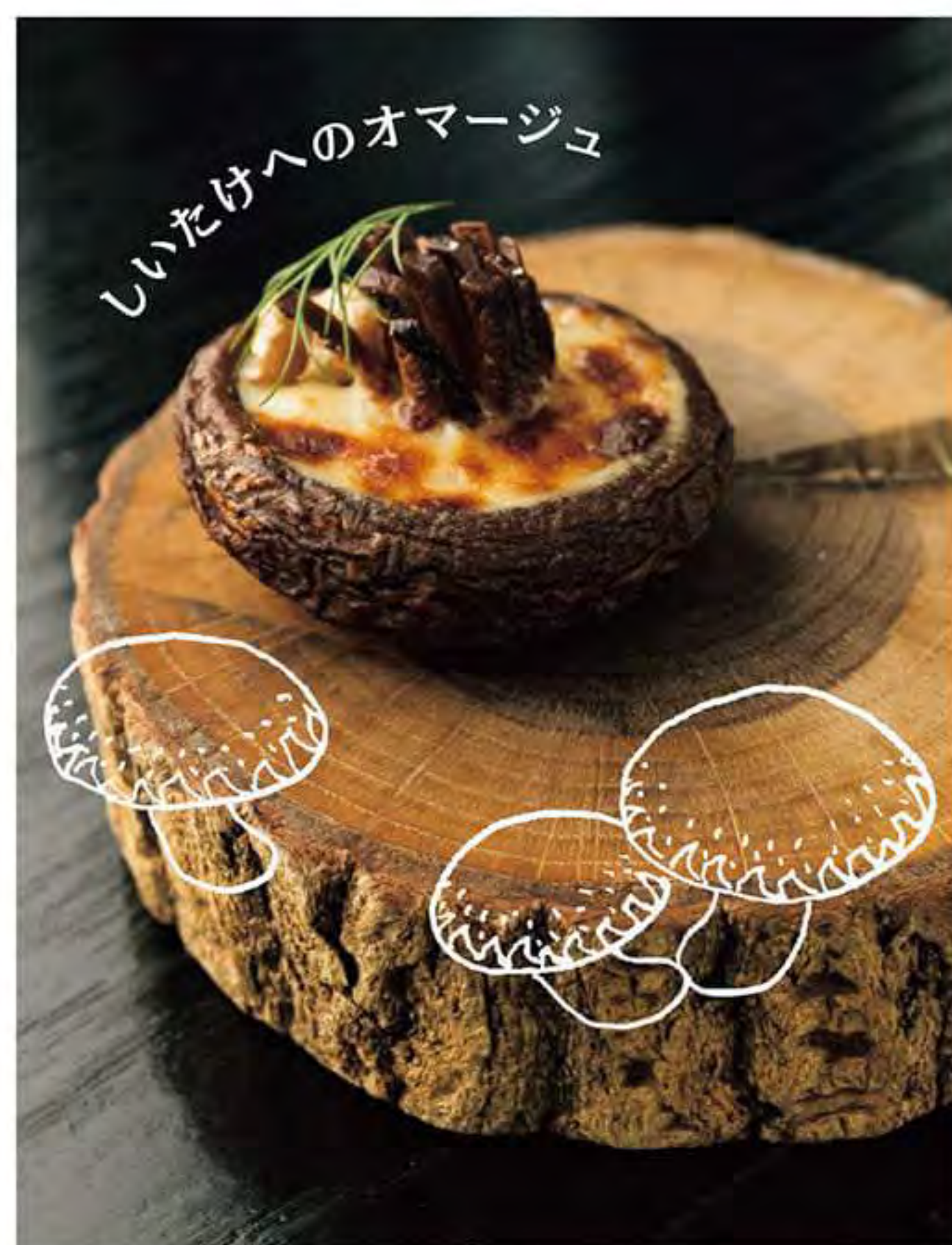


recipe ① しいたけの軸を取る。
② 薄力粉をまぶし、天ぷらの衣をつけ、180℃の油で揚げる。揚げあがりには泡がほぼなくなるのを目安に。

うまみジュワジュワ



失敗知らずの天ぷらおすすめ3点セットはこちら。てんぷら近藤の近藤文夫氏監修「極み衣の天ぷら粉」(日清製粉)と、「太白胡麻油4:太香胡麻油1」の割合で合わせた揚げ油。



原木しいたけのロースト

「ラボヌターブル」中村和成シェフ

ラボヌターブル(→P16)の定番アミューズがコレ。原木しいたけならではのうまみや肉厚テクスチャーを味わう一皿で、火入れしても軸がピンと立っているのは、原木しいたけの証。このしいたけのルーツをテーブル上で思い描いてもらうために、原木を切りだした皿でサービス。

recipe ① 原木しいたけの軸に格子状に細かく切れ目を入れ、太白胡麻油をかけて220℃のオーブンで4分焼き、塩を軽くふってあら熱をとる。**②** 傘の裏側に鮎色にソテーした玉ネギを詰め、鮎の白熟クリーム(なれ寿司ベースに生クリーム、サワークリームを合わせたもの)をぬる。**③** 220℃のオーブンで焦げめがつくまで焼く。クルミのローストをちらし、ディルを添える。

しいたけ



LOVER

免疫力を高める
ビタミンDも豊富です



干しいたけをもどす

干しいたけ2、3枚をひたひたの水(約200ml)に浸し、冷蔵庫に半日入れてもどす。干しいたけは水分を絞らずに取りだし、もどし汁はだしとして使う。



干しいたけはいかが

ヴィーガンならずとも、一緒に

しいたけステーキ



recipe ① フライパンに圧搾純正胡麻油を入れて熱し、もどした干しいたけの両面を焼く。**②** レモンと醤油を添える。

うまうまポタージュ



recipe ① 上記のもどした干しいたけともどし汁をひと煮立ちさせ、塩ひとつまみを加える。**②** ①の重量の10%量の太白胡麻油を加えてミキサーでなめらかにする。**③** トリュフ塩をかける。冷製でも、ホットでもお好みで。

いづも

大阪・西天満

友成大樹



「天ぷらと洋食を融合させた私なりのスタイルで」

ちよつと風変わり、なのかもしれない。スペイン産の骨つきハモン・セラーノをお客の目の前で切りだして供したり、そこらのレストラン顔負けなほどワインの銘柄がそろっていたり。大阪・西天満で今年5周年を迎えた「いづも」は、世の天ぷら店らしからぬ個性にあふれている。

店主の友成大樹さんは洋食出身、スペイン料理店で総料理長を10年以上務めた人物。それがなぜ天ぷらに転身したのだろうか。

「洋食の世界で長く料理を続けて、独立を考えた時に、和食を取り入れたいと思いました。なかでも天ぷらに惹かれたのは、スペイン料理でフリットやアヒージョといった油を使うメニューに慣れていたせいかもしれません。洋と天ぷらを融合させ

て、料理に合ういいお酒を飲める店があつたら楽しいんじゃないか、そんなお客様の視点でこの店をつくりました」

と友成さん。天ぷらはまったくの独学だが、銀座「てんぷら近藤」の近藤文夫氏の著作を読み込み、練習を積んだという。開業前にはあらゆる油を試し、営業を続けながら改良を加え、現在の揚げ油は「太白胡麻油10対太香胡麻油1」に落ち着いている。

「太香胡麻油は香りが強すぎないので、野菜にも魚介類にもどの食材にも合います。太白胡麻油に太香胡麻油を少し加えると、とてもバランスがよくなり、オールマイティに揚げやすくなります」

天ぷらのキャリアこそ短いものの、素材を選ぶ眼は料理のジャンル

を問わぬもの。友成さんの一番のこだわりは水で、出身地の熊本県から南阿蘇の白川水源の水を取り寄せ、天ぷらの衣やだしをはじめすべての料理に用いている。天ぷらの素材では、通年で揚げるカボチャへの思入れはとくに強く、秋冬に収穫された在来種のカボチャを店で半年以上もねかせ、十分に甘味を凝縮させている。

「天ぷらを選んでよかったと思っています。老舗の天ぷら店さんと比べれば異端に映るかもしれませんが、洋の料理と天ぷらの融合という私なりのこのスタイルで、天ぷらの技術を今以上に磨きながら、この店を長く続けていきたいと思っています」

そう友成さんは充実した表情で語る。

いづも

大阪市北区西天満6-6-3 ☎06-6755-4912

営業時間／11:00～14:00、18:00～23:00 日休

<https://idumo.jp/> 大阪メトロ谷町線東梅田駅、南森町駅◎徒歩10分

夜のコースは4800円、5800円、7800円、9800円。昼は上天丼900円、天麩羅御膳1000円のほか、和牛ステーキ丼1300円、特製オムライス850円など洋食系メニューもあり人気。



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11

1 一口サイズの季節のスープ、ハモン・セラーノ、オードブル盛り合わせからコースがはじまる。2・3・4 熊本の赤なす、岩手県の在来種「南部一郎」カボチャ。仕入れ後、半年以上ねかせたカボチャは甘みを増し、みずみずしくねっとりとする。「天ぶらの素材は王道のものをしっかり選んで揚げたいと思っています」と友成さん。5 骨付きのハモン・セラーノがカウンターに置かれ、目の前で友成さんが切りだして供する。切りたての味わいは格別。6 脂ののった秋鱧は梅肉とともに。豊富にそろえるケンゾー エステイトのワインから、ロゼyuiを合わせて。7 素材を油の中で円を描いて回し、揚げ油を対流させてから投じる独特のやり方。余計な衣をまんべんなくきれいに飛ばすことができるという。8 大人気の締め一品「卵かけごはん」。黄身の天ぶらをくずし、まずは天つゆをかけて一口。続けてふわふわのメレンゲをのせてジューシーに、さらに揚げ玉をのせて味変しながら食べ進む。9 スペイン産ビール INEDITは、ワインのように天ぶらとともに楽しめる。アルコールは100種以上をそろえる。10 西天満の一角に佇む一軒家。生い茂るゴムの木の大樹が目印。11 8席のカウンターとテーブル1卓の店内。なんといっても、カウンター上のハモン・セラーノがインパクト大。

ごま油のおかげ!

毎日食べたい、 やみつきごはん

賛否両論 恵比寿本店

東京都渋谷区恵比寿2-14-4 ☎03-3440-5572

賛否両論 名古屋

名古屋市千種区高見2-1-12 ナゴヤセントラルガーデン

☎052-753-7677

賛否両論 金沢

金沢市野町2-25-19 ☎076-243-6630

<https://www.sanpi-ryoron.com/>

東京・恵比寿、名古屋、金沢に3店を構える賛否両論。
全店ともに夜は6900円、9500円のおまかせ、昼もコー
スが楽しめます(恵比寿本店は昼は土曜日のみ営業)。



ここでも登場!
うきは市(福岡県)の秋の果物
→P7

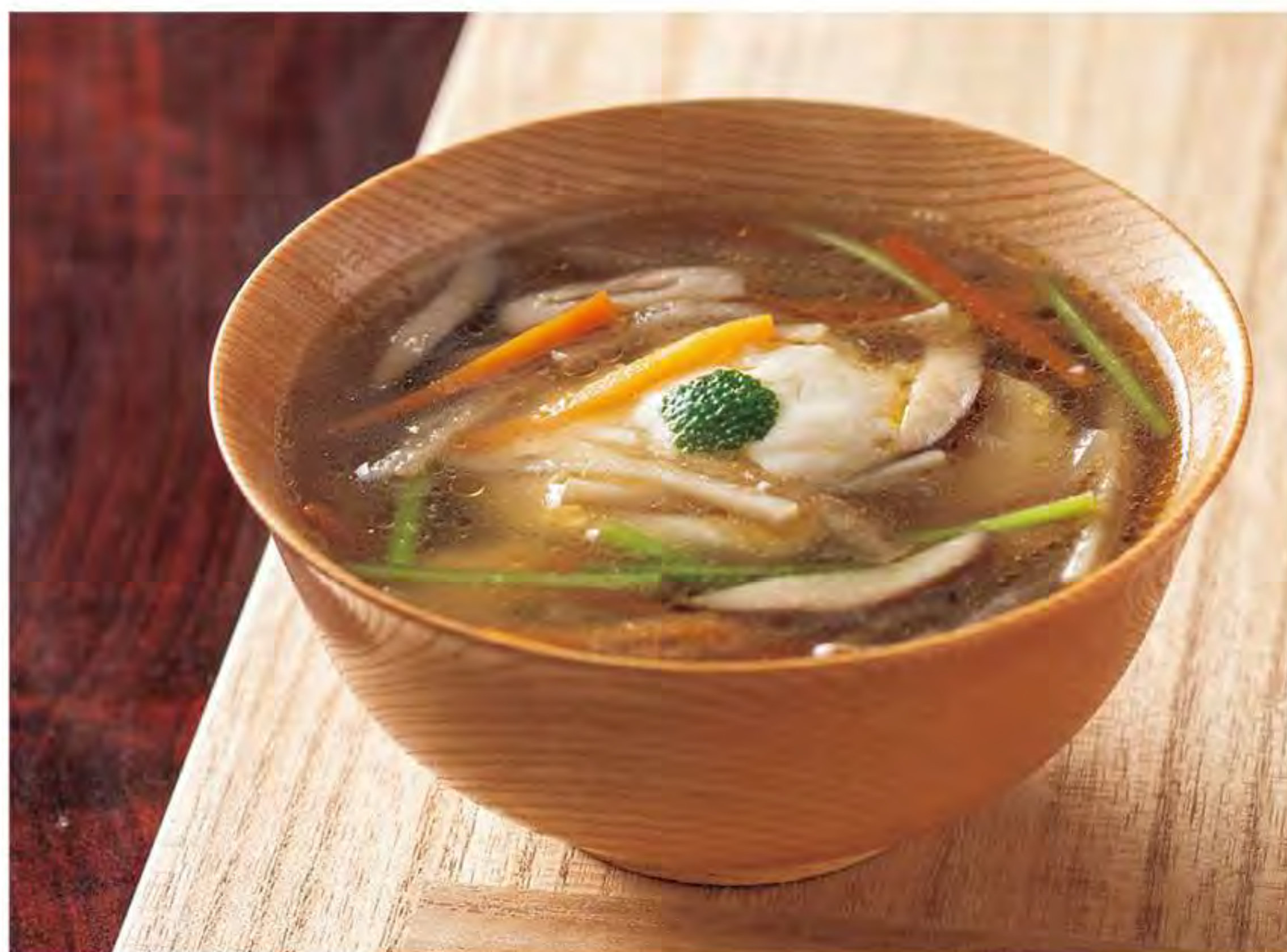


素材のやさしい味を生かせるのは
太白胡麻油ならではの

鶏ムネ肉と秋の果物のサラダ

材料:4人分 鶏ムネ肉1枚 塩適量 A[水800ml
酒50ml だし昆布5g] 水菜¼束 梨½個 イチジク
1個 シャインマスカット5個 B[太白胡麻油100ml
酢大さじ2½ ハチミツ大さじ1 ショウガすりおろし、
塩各小さじ½] 黒コショウ少々

①鶏肉は皮を取りのぞき、厚みを半分に切り、全体に塩
をふって15分おく。鍋にAを入れてひと煮立ちさせ、鶏肉
を入れる。ふたたび煮立ったら火をとめ、フタをして常温
まで冷ます。一口大に切る。②水菜は長さ5cmに切り、
水にさらしてシャキッとさせ、水を切る。③果物は食べや
すく切る。④Bをよく混ぜ合わせる。⑤①、②、③を彩り
よく盛りつけ、④をかけて黒コショウをふる。●秋なら柿
やザクロも合います。一年中お好みの果物でどうぞ。



太香胡麻油はコクだしの“最高の調味料”
香りほんのりだからこそ、万能に使える

けんちん汁

材料:4人分 ゴボウ50g ニンジン50g 大根50g シイタ
ケ2枚 三つ葉5本 太香胡麻油大さじ2 A[だし600ml
淡口醤油、酒各大さじ2 塩少々] おぼろ豆腐1パック 柚子
の皮少々

①ゴボウ、ニンジン、大根は長さ5cmのせん切り、シイタケは薄
切りにする。②三つ葉は葉をつみ、茎は長さ5cmに切る。③鍋
に太香胡麻油を入れて中火で①を炒め、しんなりしたらAを加え
て2、3分煮る。④おぼろ豆腐を加えて温める程度に火を入れ、
②を加えてさっと煮る。⑤器に注いで柚子の皮をあしらう。



圧搾純正胡麻油の香りが
食欲をそそる！
味噌と合わせれば
最強のやみつき味に

豚バラときのこの肉味噌そうめん

材料：3、4人分 豚バラ薄切り肉150g 玉ネギ½個 シメジ1パック マイタケ1パック シイタケ2枚 長ネギ½本 キュウリ½本 圧搾純正胡麻油大さじ2 A[赤味噌大さじ2 味噌大さじ1 醤油大さじ1 酒大さじ3 砂糖大さじ2 水150ml] そうめん3束 一味唐辛子少々

①豚肉は幅1cmに切る。②玉ネギはみじん切りにする。シメジとマイタケはほぐし、シイタケは薄切りにする。③長ネギで白髪ネギをつくり(長さ5cmに切り、白い部分だけを繊維に沿ってせん切りする)、キュウリはせん切りにする。これらを合わせて水にさらし、水気を切る。④フライパンに圧搾純正を入れて①を中火で炒め、ほぐれたら②を加えてしんなりするまで炒める。⑤Aを加えて1、2分煮る。⑥そうめんをゆでて水にさらし、水気をしっかり切って盛りつける。⑤をかけ、③をのせ、一味唐辛子をふる。



やみつきの一言 ⑮

ごま油は使い分け勝負！

ごま油と素材を「色合わせ」。
焙煎が強く濃い色になるほど、
クセのある素材と組み合わせれば、
間違いナシ。



個性の強い素材のまとめ役は、
圧倒的な香りとコクの
圧搾純正胡麻油 濃口



戻りカツオと春菊のユッケ風

材料：4人分 春菊½束 カツオ(刺身用サク)100g A[圧搾純正胡麻油 濃口大さじ1 醤油大さじ1½ 砂糖小さじ2 ショウガすりおろし小さじ½ ニンニクすりおろし小さじ½] 卵黄1個 万能ネギ3本 いり胡麻 白少々 焼き海苔1枚

①春菊はさっとゆでて冷水にとり、しっかり水気を絞る。粗みじん切りにする。②カツオは皮を引き、1cm角に切る。③Aをよく混ぜ合わせる。④①、②を③で和える。⑤④を盛りつけて卵黄をのせる。小口切りにした万能ネギ、いり胡麻 白をふり、食べやすく切った焼き海苔を添える。●海苔で包めば絶品の肴、ごはんのにせてユッケ丼もおすすめ。



応募要項

■ **対象商品** 圧搾純正胡麻油 の150g、200g、300g、450gの4商品



■ **賞品** 合計2000名様に、向井理さんのサイン入りオリジナルQUOカード2000円分、もしくは選べる電子マネーギフト2000円分をプレゼント

■ **ご購入対象期間** 2020年9月16日(水)～2021年3月31日(水)

■ 応募期間

第1弾:

2020年10月1日(木)～2020年11月30日(月)

第2弾:

2020年12月1日(火)～2021年1月31日(日)

第3弾:

2021年2月1日(月)～2021年3月31日(水)

※WEBでご応募の場合は当日23:59まで、ハガキでご応募の場合は当日消印有効。

■ 応募方法

①WEBでご応募の場合: 購入レシートを撮影し、キャンペーンサイト応募フォームへ進み、画像をアップロード。必要事項をご入力ください。

②ハガキでご応募の場合: 郵便ハガキに購入レシートを貼付し、必要事項を明記してください(応募ハガキはキャンペーンサイトからもダウンロード可)。
※ECサイトから購入の場合は納品書も対象となります。

10月からスタート!
「まるっと、本物。
マルホン圧搾
キャンペーン」



2019年秋に一大リニューアルした、マルホン胡麻油の家庭用商品。向井理さんでおなじみのテレビCMなどを通じて、マルホン胡麻油のおいしさをアピールしてきました。

そして今年の秋、リニューアル1周年を記念して「まるっと、本物。マルホン圧搾キャンペーン」を10月1日から実施いたします。キャンペーン対象商品となるのは、焙煎感のバランスがよく、ご家庭で万能に使える「圧搾純正胡麻油」です。詳しくはマルホン胡麻油のキャンペーンサイト(10月1日公開)、商品貼付のPOPなどをご覧ください。

ENVIRONMENT

正しく、おいしく食べて、
世界が幸せになるために

竹本油脂は享保年間の創業以来、圧搾製法にこだわり、ごま油を製造しつづけてきました。原料のごまは遠くアフリカやアジア、南米各国から届き、それらを愛知県蒲郡市にある工場にていねいに焙煎・圧搾しています。大地でごまが栽培され、私たちの食卓にごま油が届き、そして消費されるすべてのプロセスにおいて、地球上の環境に配慮し、すべての人が幸せになれるように取り組みを続けています。国連のSDGs(持続可能な開発目標)に準じた取り組みのご紹介をマルホン胡麻油のウェブサイトにてアップしています。



竹本油脂が現在掲げているSDGsの目標が、左の9つのアイコン。詳しくはマルホン胡麻油ウェブサイトの「取り組み」→「環境と社会への取り組み」コンテンツに。

ごま油は身体にやさしい油です
全国への通信販売もご利用ください

- 商品情報はホームページ <https://www.gomaabura.jp/> をご覧ください。
- オンラインショップ(楽天市場「老舗のマルホン胡麻油」)もあります。
<https://www.rakuten.ne.jp/gold/abura-maruhon/>
- 通信販売でのご購入・お問合せ
☎ 0120-77-1150 (平日9:00～17:00)



マイルド

ワイルド

一番搾り

かけ旨ごま油

家族、友人、恋人と楽しく囲むテーブル。

おいしく食べる、という日常の風景をこれからも永く、ずっと続けるために

当たり前の「食」の世界を少しだけ見直してみました。

つくる人がいて、食べる人がいる。

つくと、食べるの幸せはつながっている。

そのつながりのリレーに、マルホン胡麻油も加わることができたら。

自分ができることから、気づけることから、一歩ずつ。



*Sharing a table
in the harvest season.*