はなまき朝ごはんプロジェクト

はなまき朝ごはんプロジェクトとは

おいしいお米をその土地の水で炊き、その土地で採れた食材で作ったおかずと共に食す。そんな究極の朝ごはんを召し上がっていただくべく、２０１４年７月から「はなまき朝ごはんプロジェクト」はスタートしました。現在は、５軒で活動しています。

このプロジェクトは次の４つを中心に活動しています。**①花巻産野菜を使った朝ごはんの提供　②野菜の販売　③花巻産野菜を使ったお土産品の開発　④農業体験プログラムの販売**の４つです。

野菜販売を行っている松倉商会

旅館には文化を継承するという役割があります。地域に脈々と息づく食材は、その土地の文化でもあります。地域の農家さんに直接赴き、自分たちの目で見た地元で採れる野菜を使って料理提供することで、その役割の一つになると考えています。

農業と観光は、似た者同士の産業だと感じています。農業は「その土地の採れたて野菜は、その土地に来なければ本物を味わえない。」観光は「その土地の生活の礎たる文化や歴史は、その土地に来なければ本物を体験できない。」その土地に来なければ、本物の体験を味わえないという共通点の存在が、似た者同士という意味です。この共通点を生かし、花巻の魅力の発信に繋げていこうというプロジェクトです。

若旦那達からのメッセージ

旅館の夕食が華やかで、お酒や仲間と会話を楽しむものだとしたら、朝食は素材に詰まった物語や素材の味わいを楽しむことができる時間です。それならば、地元花巻の素材を使った朝食を楽しんで、花巻を出発してもらいたい。そんな思いから、2014 年7月に、花巻温泉郷の温泉宿の若旦那が集まり、このプロジェクトは始まりました。

まず私たちは、農家さんの畑を伺うことから始めました。そこで農家さんが様々なこだわりや思いを込めて、作物を育て、送り出している現場を目にしました。私たちは**「農家さんの思いも生産物と一緒に伝えたい」**と思うようになりました。真剣な農家さんの存在を知ってもらうことが、地元花巻の魅力発信にも繋がると考えたのです。農業と観光は「その土地に来なければ本物は味わえない」という共通点があり、相性の良い業種だと感じています。これからも旅館同士が思いをひとつにして、農家の元気さと花巻の魅力発信に挑戦していきます。

花巻市農村青年クラブ

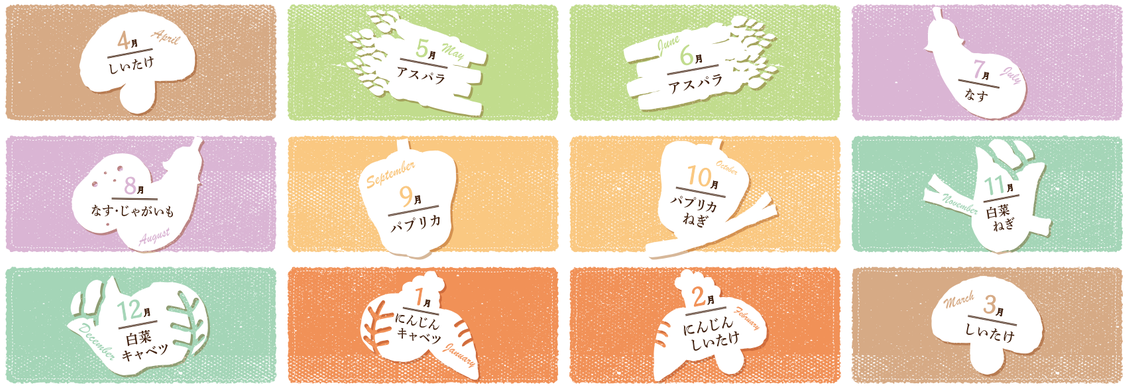
私たちは、花巻市の若手農家を中心とした組織で、現在２０名で活動しています。朝ごはんプロジェクトを通じて**花巻の農産物のおいしさや生産者の思いなどを知っていただき、農業をより身近に感じて欲しい**と思っています。

私たちの生産する農産物はごくありふれたものたち。でも、同じ種類でも地域、作る人によって味が変わってきます。ここ花巻で採れたものを、生産者の顔とともに提供する食材たちはここでしか味わえないものとなっています。

また、農産物や農業そのものに対する私たちの思いや、道中の花巻の風景といったものも一層おいしさを引き立てるものだと思っています。朝食で花巻そのものを味わっていただき、花巻を好きになって貰えれば嬉しく思います。

2017年度 野菜収穫カレンダー

「はなまき朝ごはんプロジェクト」でそれぞれの月のメインとなる食材を紹介します。



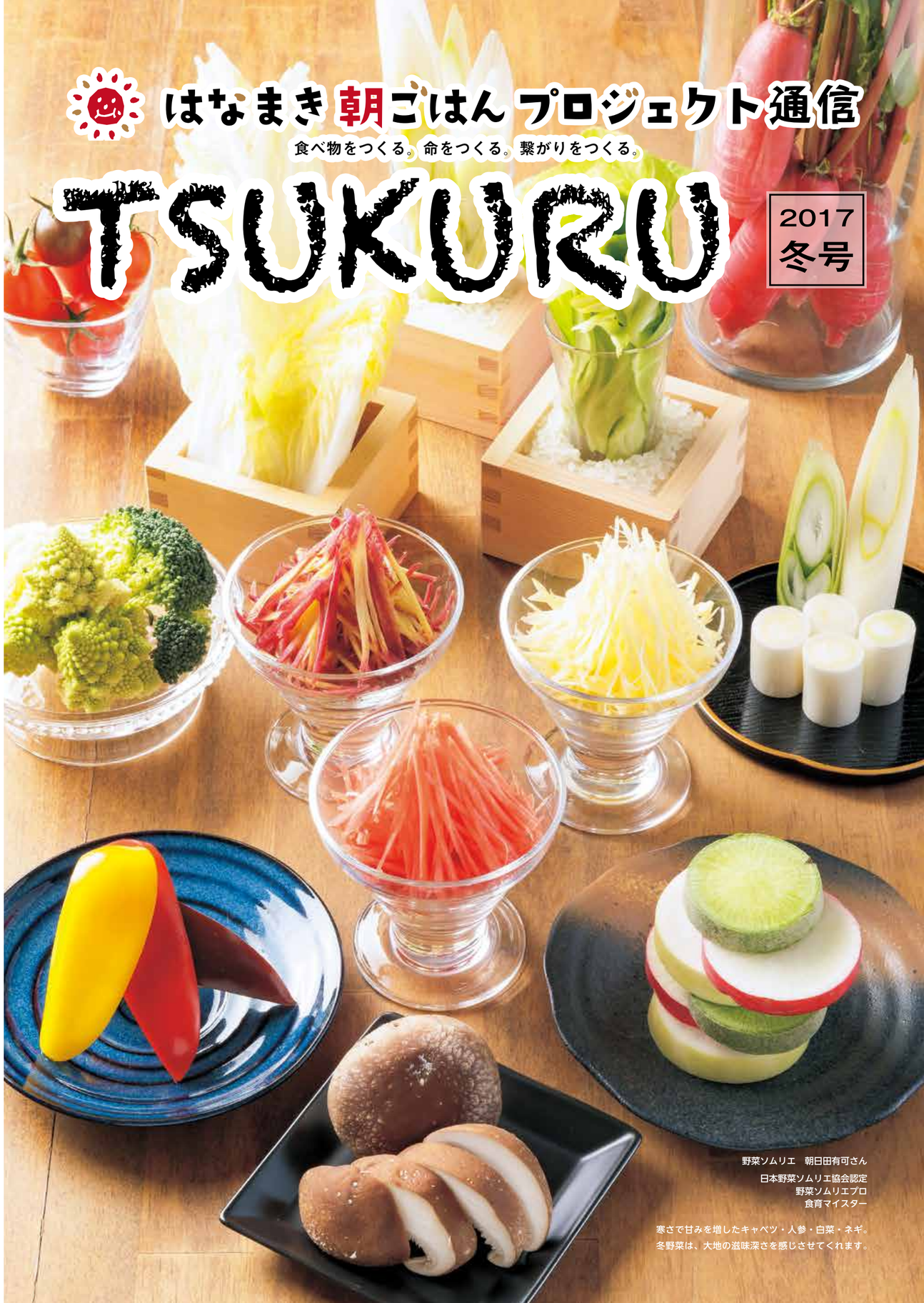
※収穫の状況により、ご提供できない場合がございます。また、食材は変更になる場合があります。

花巻南温泉峡 湯の杜ホテル志戸平　藤三旅館　愛隣館　やまの井旅館　田の神温泉 優香苑　花巻市農村青年クラブ

この事業は、いわて農商工連携ファンド地域活性化支援事業助成金を利用しています。

はなまき朝ごはんプロジェクト公式 HP
https://asagohan-hanamaki.com

はなまき朝ごはんプロジェクト公式 Facebook
https://www.facebook.com/asagohan.hanamaki



はなまき朝ごはんプロジェクト通信

食べ物をつくる。命をつくる。繋がりをつくる。

TSUKURU

2017 冬号

野菜ソムリエ　朝日田有可さん
日本野菜ソムリエ協会認定
野菜ソムリエプロ
食育マイスター

寒さで甘みを増したキャベツ・人参・白菜・ネギ。
冬野菜は、大地の滋味深さを感じさせてくれます。

お客様に味わっていただく喜びを胸に、若手農家たちが丹精込めて育てた野菜。

**朝ごはんプロジェクトを支える生産者を紹介します。
育てている野菜は違えども、夢や目標にむかって
切磋琢磨しあう若手農家のメンバーです。**

冬場の収穫のために、真夏の育苗が大事

平賀恒樹さん[花巻市上根子]

平賀恒樹さんが栽培するキャベツは、１２月から2月頃にかけて収穫期を迎える冬採りタイプ。生育期間は長く、約半年前の6月２０日頃に種を蒔きます。真夏に育苗の時期を迎えるため、特に虫の防除に注意を払うのだそうです。

冬場のキャベツは、寒さによって甘みが増します。平賀さんのオススメは蒸し煮料理。「葉がかためですので、生食よりも煮込みなど火を通した料理に向いています。鍋いっぱいに豚肉とキャベツを重ね入れて蒸し煮にすると、キャベツの甘みが存分に味わえます」。

鮮度の良さがわかるのは切り口の白さ。ですが、「この時期のキャベツは鮮度を気にしなくても十分美味しいですよ」と平賀さんは言います。

あえて寒さにさらすことで甘みがアップ

照井健二さん[花巻市似内]

「ニンジンは８月に種を蒔くのですが、発芽する時の天候が一番大事なんです」と語るのは、花巻市農村青年クラブの会長を務める照井健二さん。昨年のニンジン栽培は、天候不順に見舞われて収穫ならず。その経験を糧にし、今年は発芽時期に念入りに管理。現在順調に成長しています。

岩手県内のニンジンの旬は秋頃ですが、照井さんは冬場に収穫を遅らせます。あえて寒さにさらすためです。ニンジンは雪下で寒さに反応して糖度が増し、とても甘くなるのだそうです。

黄色い品種「金美」は、色の鮮やかさを活かしてポタージュがおすすめ。オレンジ色の品種「オランジェ」は甘みが強く、煮物などに向いているそうです。

良質の土と霜で甘さを引き出す

渕澤秀峰さん [花巻市葛]

会社勤めから農家に転身し１２年になる渕澤秀峰さん。白菜は転身当時から取り組んでいる主要野菜です。７月下旬から８月中旬にかけて種を蒔き、収穫は１１月から始まります。「栽培時に気をつけているのは防除。白菜は外葉が次第に閉じて結球しますので、虫を付けないように注意しています」。

野菜栽培向きの黒ボク土に、花巻のブランド豚「白金豚」の堆肥を使用。たっぷりの養分で育った白菜は、霜が降りてから収穫すると、寒さによって甘みが引き出されるのだそうです。

鮮度の良さは、切り口をチェック。黄色や茶色ではなく、白色が新鮮な証拠。外の葉がかたくて張りがあるものが良いそうです。

土下約６０cmの“根っこ”が重要

農事組合法人中根子[花巻市中根子]

地域に特色ある作物を作ろうと、照井奥太郎さんたち農事組合法人中根子がアスパラガス栽培に取り組み始めたのは平成２１年。収穫期には朝5時から採りはじめて9時前に出荷。生長が早いため夕方にも再び作業します。

栽培において重要なのは“根っこ”だと照井さんは言います。「アスパラガスは、土の下に約６０cmも根を張っています。根に良質の養分を与えることが生長のカギになります」。中根子では海藻「アルギット」を追肥として使用。味の良さにつながっています。

鮮度を見分けるポイントですが、穂先がピンと立っているもの、茎が真っすぐで簡単に曲がらないものが水分を含んでいて瑞々しいそうです。

農業体験

お宝探し感覚が楽しめると人気のしいたけ農業体験

阿部貴広さん[花巻市葛]

しいたけの収穫期は秋から初夏にかけての約１０か月。その間は朝夕２回の収穫が休みなく続きます。「天候によって芽の発生が異なりますし、コツをつかむのは難しいですね。菌と対話する気持ちで取り組んでいます」と阿部さんは言います。

農業体験では、気に入った大きさのしいたけを選びながら１グループごとに1kg収穫します。特大サイズが隠れていることもあり、お宝探し感覚が楽しめると人気。プラス５００円で、その場で焼いて味わうこともOK。「採りたてが一番美味しい。贅沢な食べ方です」と阿部さん。

- **肉厚プリプリ椎茸収穫体験：受入期間**
  2017年11月6日～2018年4月30日まで
  - ▶ 体験可能日：月曜～木曜まで
  - ▶ 受入可能日であっても、しいたけの生育状態によっては受入ができない場合がございます。
- **平賀さん家のデイファーム：年中受入**
  - ▶ 体験可能日：毎週日曜日10:00～12:00
    季節の野菜を収穫した後は、収穫した野菜を使ったランチをご提供いたします。

【申込先】湯の杜ホテル志戸平、藤三旅館、結びの宿 愛隣館、台温泉 松田屋旅館、山の神温泉 優香苑、花巻観光協会

はなまき朝ごはんプロジェクトが提供する朝ごはんとは

- 花巻産ひとめぼれを使用。
- 花巻産の野菜1つを共通食材として素材の特徴を活かした朝食のおかずを提供する。

渕澤秀峰さんの「花巻市葛」

2017年11月提供の
「白菜」!!
各館メニューはこちら！

新鉛温泉 結びの宿 愛隣館
白菜の松前漬

鉛温泉 藤三旅館
白菜とつみれのあったかスープ

志戸平温泉 湯の杜 ホテル志戸平
白菜と豚バラ肉のガーリックバター風味

台温泉 松田屋旅館
白菜と旬野菜のお漬物
羅臼こんぶ和え

山の神温泉 優香苑
白菜と浅利の春雨煮

若手農家の思いは、料理人へと受け継がれ素材そのものの味わいが伝わる料理に

**花巻温泉郷のシェフたちが腕によりをかけ、
地元・花巻の新鮮野菜が美味しいおかずになりました。**

佐々木智之さん

新鉛温泉 結びの宿 愛隣館

火を通し過ぎず、食感を大切に

和食の料理人として30年近い経験を持つ佐々木総料理長。これまでも素材の良さを引き出す調理法を大切にしてきました。今回のプロジェクトで農家の方々にお会いしたことで、その気持ちがいっそう強くなったと言います。

白菜料理は、蒸したり焼いたりせずに、あえて漬物で、昆布を入れてとろみをつけた浅漬けを提供中です。「白菜に限りらず、強い味付けはしないようにし、素材の味わいを引き出すことを心がけています」と、佐々木総料理長は語ります。

鉛温泉 藤三旅館

素材の良さを感じる野菜料理を、御膳で提供

照井総料理長は和食の料理人として、これまで北上市や花巻市の旅館で腕を磨いてきました。調理の際には食材同士の相性を大切にし、素材を引き立てる味付けや、お腹が丁度満たされる量を提供することにも気を配っています。

今回のプロジェクトについて、「地域間で協力し合うとても良い企画だと思います。こちらから作ってほしい野菜を提案してみたい」と語ります。藤三旅館では朝食を御膳で提供。農家さんの野菜を一品料理で味わえる他、夜の献立てに登場することもあるそうです。

照井享悦さん

田村義明さん

志戸平温泉 湯の杜 ホテル志戸平

農家の作業を知ることで、野菜の見方が変化

田村調理部長は、プロジェクトのスタート時から農家を訪問し、野菜作りの様子を見学してきました。以前から自らも畑に入っていたのですが、今回の取り組みを通していっそう興味が湧き、野菜への向き合い方も変わったのだそうです。

「これまで洋食歴が長く、ソースにこだわり美味しさを引き出すことが多かったのですが、この企画では素材の味わいをいかすことを一番に考えて調理しています」と田村調理部長。白菜料理では、食感を楽しんでいただくために、大きくカットして鍋風の調理法で提供中です。

台温泉 松田屋旅館

ホカホカの手づくり朝食で活力を

松田屋旅館では、朝食は板前さんではなく、代々女将さんが担当するのが伝統。現在の女将、松田愛子さんも嫁いで以来、毎日お客様へ朝食を作り続けています。

「朝食で大事にしているのは、温かいこと。ホカホカのご飯と熱々の味噌汁が活力を与えてくれますから」と松田さん。プロジェクトの野菜料理は、素材そのものの味を引き出すことを大切にしています。白菜は茹でた後、水にさらさずに冷ますのがポイント。水っぽくなるのを防ぎ、白菜の持つ甘みを最大限に活かすように工夫しています。

松田愛子さん

多田義男さん

山の神温泉 優香苑

料理の中に愛情を込める

地元の食材を積極的に使用することで、地域に活気をもたらすことができたらと取り組んでいる多田総料理長。「花巻市の匠」にも選ばれています。素材の持ち味を殺さないようにつくるのはもちろんのこと、「料理から愛情が伝わりますから」と、農家の方々への感謝の気持ちを忘れず、調理時に気持ちを込めることを大切にしています。

今回のメニューは、白菜を浅利と一緒に柔らかめに炊き、白菜の甘味が引き立つ料理を提供中です。