

ララチャンスいわき

鈴木 俊太郎

親孝行豆

大久町で、70年以上の栽培歴を持つインゲン豆です。「若い莢でも、成熟した種子(豆)でも食べられることから、親孝行な豆である」と、生産者はそう呼んでいます。莢は天ぷらなどに、豆は煮豆や甘納豆にします。また赤飯の豆に使用することもあり、上品で優しい色味に仕上がります。



親孝行する野菜たち。

生産者にとって、自分が育てた野菜は我が子のようなもの。丹精込めて作った野菜が美味しく調理されることを願いますし、心無く扱われれば悲しくなります。何十年と種を採り続けるといった栽培方法で命を繋ぐ営みをしてきた伝統野菜は、なおさらかもしれません。大久町で「親孝行豆」などを栽培している生産者の新妻ゆき子さんにとっても、伝統野菜は祖母や母との思い出が詰まった作物であり、家族のような存在です。

日頃からゆき子さんのもとを訪れ、交流を深めていた『ララチャンスいわき』の鈴木俊太郎シェフが考案した「親孝行豆と鶏肉の焼き巾着」は、「若い莢でも、熟した豆でも食べられる親孝行な豆」と呼び、新妻家で70年以上守り続けてきたインゲン豆を主役にしました。また、この料理には、親孝行豆だけではなく、ゆき子さんが育てた十六ササゲや黒じゅうねんも使われています。

自分が手にした食材が「何処の」「誰が」「どんな想いで」作っているのかをたどり、美味しさと一緒に料理で伝えることができる料理人は、はたしてどれほどいるのでしょうか。鈴木シェフが今回考案した料理は、ゆき子さんが作る野菜の魅力を引き出すと同時に、今日まで種を繋いできた生産者への感謝がこめられている、親冥利・生産者冥利に尽きる一品だと言えます。

近年、市内ではこのような料理人の手によって、次々といわき昔野菜の新しい食べ方が提案されています。昔から伝わる伝統野菜の魅力を多くの方に知ってもらうこと、種を守り作り続けている生産者の想いを伝えることを目的としたこれらの取り組みは、生産者が野菜を作る活力になっています。これからも鈴木シェフのように、食べる人と生産者の両者を幸せにしてくれる料理人が増え続けることを願ってやみません。



厨房に立つ鈴木シェフ（ララチャンスいわきにて）

COLUMN

いわき
昔野菜
の現在

おくいも

広がる生産者の輪

いわき市山玉町で栽培されているおくいもは、個体の大きさなどから流通の規格にあわず、長い間市場に出回ることはありませんでした。次々と新しい品種が出回り、いつしか生産者は数軒のみとなってしまいました。

そんなおくいもに転機が訪れます。でんぷん質が多く、甘味や香りが強いといった特徴から、市内料理店のシェフから「また使いたい」と声がかかるようになりました。シェフとの出会いによって、おくいもはその運命を大きく変えようとしています。

おいもと桃の 冷製ヴィシソワーズスープ

材料 4人分

おいも	200g
もてねぎ	32g
玉ねぎ	65g
桃	120g
砂糖	少々
水	適量
ブイヨン (顆粒)	少々
牛乳	280cc
無塩バター	24g
塩	少々
コショウ	少々
ミント	4枚



作り方

- ① おいも・玉ねぎ・もてねぎを薄切りにする。桃は皮を湯むきしてから実を角切りにして砂糖を少しまぶす。
- ② 鍋に無塩バター・玉ねぎ・もてねぎを入れ火にかける。少量の水を入れながら、しんなりとするまで蒸し煮にするように炒める。
- ③ おいもを加え、さらに炒める。塩とブイヨンを加え水分を調整する。
- ④ ③が柔らかくなったらミキサーにかけ、さらにこし器で漉す。
- ⑤ ④を氷水にあてたボールで冷し、冷えたら牛乳でちょうど良い濃さになるまでのばす。
- ⑥ 器に⑤のスープを流し入れ、仕上げに桃を加えてミントを飾れば出来上がり。



MEMO

スープに浮かべる桃は少し酸味のある方が美味しく仕上がります。“あかつき”が鈴木シェフのおススメです。

親孝行豆と鶏肉の焼き巾着

材料 4人分

油あげ	2枚
親孝行豆(乾燥)	60g
鶏挽き肉	80g
十六ササゲ	1~2本
人参	1/2本
蒟蒻	32g
餅	80g
深山田にんにく	1片
唐辛子	1本
黒じゅうねん	15g
サラダ油	少々
塩・コショウ	少々
醤油	少々
無塩バター	少々
削り節	少々



作り方

- ① 親孝行豆は前日にたっぷりの水でもどしておく。水から煮て柔らかくし、ざっくりと潰す。
- ② 黒じゅうねんはフライパンできつね色になるまで煎って、すり鉢ですっておく。
- ③ 蒟蒻・十六ササゲ・人参は食べやすい長さの拍子切り、にんにくはみじん切り、唐辛子は輪切りにする。
- ④ 餅は約20g(一口大)に切り分けトースターで焼いておく。
- ⑤ 熱したフライパンにサラダ油をひき、にんにくと唐辛子を炒める。香りが出てきたら鶏挽き肉を入れ、表面が白くなるくらいまで炒める。蒟蒻・十六ササゲ・人参を加えさらに炒め、火が通ったところで、①の親孝行豆と②のじゅうねんを加えて混ぜる。塩・コショウで味を調える。
- ⑥ 油あげを半分に切り裏返しにする。④の餅と⑤を油あげの七分目くらいまで入れて、口を楊枝で止める。
- ⑦ バターを溶かし、醤油・削り節を合わせておく。
- ⑧ フライパンに⑥の油あげを入れ、⑦を絡めながら焼き、こんがり焼き色がつけば完成。



MEMO

巾着に入れる餅は、凍み餅を使用すると時間が経っても固くなりづらいのでおすすめです。

店舗紹介

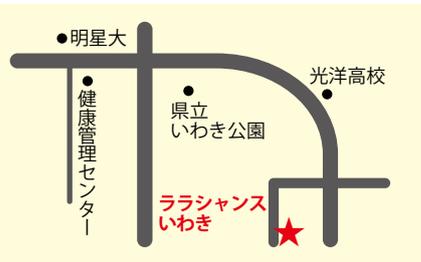
ララチャンス いわき

所在地：いわき市中央台高久2-28

☎（フリーダイヤル）0120-888-648

定休日：毎週火曜日、第1・第3水曜日（祝日除く）

営業時間：平日／11：00～21：00 土日祝／9：00～21：00



シェフ
鈴木 俊太郎 さん



シェフ
片平 裕之 さん

食材紹介



カボチャ

旬：8月。※12月くらいまで冷暗所にて貯蔵可。

栽培地：田人町

適度に水分を含んだホクホクした食感で、夏に完熟した実を収穫し、冬至の頃まで食べることができます。



金時豆

旬：7月。※密封容器に入れて常温で長期貯蔵可。

栽培地：平下高久、常磐上矢田町、四倉町

金時豆は手(蔓)なしいんげんの一種で、色濃くふっくらとした豆を収穫する秘訣は、播種期と収穫期の見極めにあります。



おくいも

旬：7月下旬。※冷暗所にて翌年3月まで貯蔵可。

栽培地：山玉町

料理人も驚くほどのでんぷん質を多く含みます。収穫後も芽が出にくく、長期保存に向いています。



もてねぎ

旬：12月下旬～1月。※収穫は通年可。

栽培地：三和町、小川町

分けつする性質が強く、ネギ坊主ができてくいため、株分けによって増やしていきます。



十六ササゲ

旬：8月。

栽培地：大久町

じゃんがら念仏踊りの歌詞「十六ササゲのよごしはどうだい」に登場するなど、いわきの夏を代表する作物です。



深山田にんにく

旬：6月。※乾燥後、湿気のない場所で長期貯蔵可。

栽培地：遠野町

現在主流となっている品種に比べ小ぶりですが、辛みが強いことが特徴。鱗片は4-7個、大きさもまちまちです。



唐辛子

旬：6月～11月。※乾燥後、湿気のない場所で長期貯蔵可。

栽培地：市内各地

在来の唐辛子は辛みが強く、白菜漬けやきんぴらなどの名脇役として、様々な料理に活躍しています。



じゅうねん（黒）

旬：11月。※乾燥後、密封容器に入れて常温で長期貯蔵可。

栽培地：大久町

エゴマのいわきでの呼び名です。黒と白の品種があり、黒は油分が多く、白は香りが強いと言われています。