

La Stanza

北林 由布子

長兵衛

生産者の白石長利さんの祖父が栽培を始めた里芋で、70年以上の歴史があります。細長い物や丸い物など、形や大きさはバラバラですが、キメ細かい、ネットリとした果肉が特徴です。白石家の思い出が詰まった里芋を大切にしたいと、祖父の名がつけられました。



## 料理人と生産者の新たな在り方。

『La Stanza』の北林由布子シェフは、生産者の誇りや信念を何より大切にしています。作物や栽培方法だけでお店で使用する食材を決めずに、その先にある生産者の想いを探り、「この人の作る野菜だったら信頼できる」と思えるまで、生産者の話に熱心に耳を傾けます。

もてねぎなどの伝統野菜を作る『ファーム・白石』の白石長利さんも、北林シェフにとっては欠かせない生産者の一人です。「白石さんは、料理人に新しい発想をくれるんです。例えば私たち料理人が野菜を見るとき、葉っぱとか実際に食べられる部分を見ますが、白石さんは、茎の部分を私たちに食べさせます。そうすることで、土の良さや野菜の味の違いを教えてください」そんな白石さん自慢の里芋「長兵衛」で作るニョッキは、ゴルゴンゾーラソースにも負けないほど味が濃い里芋だからこそできる一品といえます。

また、北林シェフと白石さんは、料理人と生産者の垣根を越えて、6次産業化商品の開発にも取り組んでいます。料理人と生産者の2つの目線から生まれる新たな発見もあり、いわきの食はより豊かな広がりを見せています。

作物だけではなく、生産者を大切にする。北林シェフのこだわりは、いわき昔野菜にも相通じるところがあります。伝統野菜というと、どうしても作物に光をあててしまいがちですが、それでは価値は半減してしまいます。作物の背後にある生産者の想い。長年種をつないできた苦労や喜びをくみ取り、私たちは生産者と共に歩んでいかなければいけません。北林シェフと白石さんのように。



長兵衛生産者の白石さん(右)と北林シェフ(左)

### COLUMN

いわき昔野菜の現在

じゅうねん

### いわき昔野菜を、もっと身近に。

いわき昔野菜の魅力をもっと多くの人に伝えたい。その想いを形にしたのが「いわき昔野菜ベーグル」です。四倉『おやつ屋 Meguru』の根本恵さんとのコラボから生まれた商品です。特に「じゅうねんベーグル」は素朴ながら噛めば噛むほどに味わいが増す奥深い一品です。手軽に、美味しく食べられるベーグルをきっかけに、いわき昔野菜に興味を持つ人が一人でも増えて欲しい。そう願っています。

# La Stanza



## 有精卵の初卵と菜花の目玉焼き



初卵とは若鶏が初めて生んだ卵。その生命力あふれる栄養たっぷりの卵とファーム白石さんの畑でみつけた野性味ある菜花を合わせました。有精卵もまた伝統野菜と同様、命を繋ぐことができる食べ物であり、繋ぐ人、命への感謝が込められた一品です。有精卵は生木葉ファームさんのものを使用しました。



## さとまめ、のりまめとトリヴェッラのズッパ



田人町の生産者が実母より継承し、代々栽培が続けられてきた「さとまめ」と「のりまめ」。種を受け継いだ生木葉ファームさんでも大切に栽培されています。通常、金時豆やひよこ豆で作るスープを、いわき昔野菜を代表する在来大豆2種でアレンジしました。



## 長兵衛とサルシッチャとゴルゴンゾーラのピッツァ



久ノ浜町末続の新妻さんが守り続けた貴重な血統満州黒豚で作ったサルシッチャ(ソーセージ)。ファーム白石さんで大切に受け継がれている「長兵衛(里芋)」は味が濃く、黒豚の旨味を余すことなく作られたサルシッチャの風味にも決して負けることはありません。2つの伝統食材を使った贅沢なピッツァです。



## いわき一本太ねぎのクリームソースで食べる真鯛の石釜焼き



平北白土で長年栽培されてきた「いわき一本太ねぎ」は太さと甘味が自慢のネギです。リーキ(ポロネギ)の代わりに一本太ねぎを使ってクリームソースに仕上げ、石釜で香ばしく焼き上げた愛媛の真鯛と一緒に食べると、口の中いっぱいネギの香りと甘みが広がります。



## 五穀味鶏とおかごぼうの白ワイン煮込み



五穀味鶏、おかごぼうと一緒にファーム白石さんのもてねぎ、皆川さんの聖護院カブ、佐藤さんのカーポロネロをいわきワイナリーの澱引き前の白ワイン(甲州)で煮込みました。スパイスとして、にんにく、いわき昔野菜の「鷹の爪」も使用しています。鶏と野菜の旨味たっぷりの体が温まる一品です。



## じゅうねんとジャージー牛乳のラテコッタむすめきたかを一緒に



黒じゅうねんの油分で充分コクが出るため、生クリーム(パナナ)ではなく牛乳(ラテ)で作ったから「ラテコッタ」。上に飾りたいわきの在来小豆「むすめきたか」にも甘味をほとんどつけていませんが、じゅうねんの香ばしさと牛乳と豆本来の甘みが後を引くドルチェです。

おくいもと白石さんのブロッコリーを粉吹き芋風に  
 白石さんの長兵衛と好間の小麦、  
 生木葉ファームの有精卵で作ったニョッキ



お家で真似したい!!

## 里芋ニョッキの作り方

**材料** 4人分

長兵衛	400g
中力粉	里芋の実質量の 1/2
卵	2ヶ
塩	少々
E Xオイル	適宜
バター	適宜
チーズ	適宜

注) お店ではゴルゴンゾーラと牛乳をフライパンで温め、塩胡椒、バターで調味したソースに絡めて提供しています。是非お試しください。

**作り方**



- ① 里芋は皮のまま茹でて、竹串がスッと入るくらいにやわらかくなったら冷水につけ、少し冷まして皮をむく。皮をむいた里芋の重さを計り、その1/2の量の小麦粉をふるっておく。
- ② ①の里芋をマッシュにして塩、卵を入れてよく混ぜる。
- ③ ②にふるっておいた小麦粉を入れて、さっくりと混ぜ合わせる。
- ④ 直径2cmほどの棒状に伸ばし、3cmくらいの長さで切る。
- ⑤ タップリのお湯で塩茹でし、浮き上がって来たら、お湯から取り出しエクストラバージンオリーブオイルを絡める。
- ⑥ テフロン加工のフライパンを熱し、E Xオイルを入れて、ニョッキを焼く。焼き色がついたら、バター大さじ1杯を入れて絡める。
- ⑦ お皿に盛り、削りたてのチーズをかける。

## 店舗紹介

La Stanza ースタンツァー

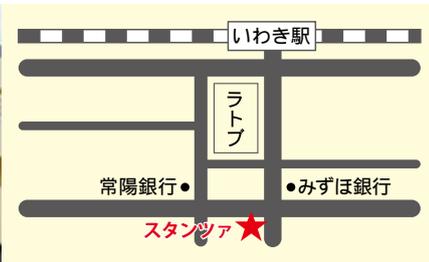
所在地：いわき市平3-8-2-3F ☎ 0246-35-5767

定休日：毎週水曜日

営業時間：🕒 11：30～15：00 🕒 17：30～22：00（金曜・土曜・休前日は～23：00）



シェフ  
北林 由布子 さん



## 食材紹介



### 鷹の爪

旬：6月～11月。※乾燥後、湿気のない場所で長期貯蔵可。  
栽培地：平北白土

上向きに実をつけるので「天井向き」と呼ぶ人も。家庭料理のアクセントとして、長年栽培され続けてきました。



### おくいも

→P 13 参照



### ワサビダイコン

→P 13 参照



### むすめきたか

→P 13 参照



### もてねぎ

→P 22 参照



### いわき一本太ねぎ

→P 33 参照



### おかごぼう

→P 33 参照



### じゅうねん

→P 33 参照



### のりまめ

→P 46 参照



### さとまめ

→P 46 参照