

採れたて 新鮮!

美味しく食べる ふくしまの 夏野菜

日差しが徐々に強くなると、畑では元気な夏野菜たちが実りの時期を迎えます。新鮮な野菜はそのまま食べても美味しいのはもちろんですが、素材の持ち味を生かした料理もこの時期ならではの楽しみ方です。

福島を代表する夏野菜

きゅうり

県内の主な生産地である須賀川市は、夏きゅうりの出荷量全国1位。害虫の侵入を防ぐネット栽培で、安全・安心なきゅうり作りを行っています。きゅうりを使ったアイスや化粧水も作られています。

トマト

夏秋の出荷量は全国第3位を誇ります。中でも南会津町の南郷トマトは、糖度が高く実が引き締まっているのが特徴で、甘味とコクを楽しめるトマトジュースも人気です。

アスパラガス

会津地方を中心に栽培され、出荷量は全国第5位。ハルキタル、春まちグリーン、はるむらさきエフなどの福島県オリジナル品種も誕生しています。

伝統の会津野菜と郷土食が 華麗にコラボレーション

ヴィライナワシロ [猪苗代町]

耶麻郡猪苗代町葉山 7105 ☎ 0242-62-4111 <http://www.villa.co.jp/>

周囲を山々に囲まれた会津地方では、夏は暑く、冬は寒い盆地特有の気候を活かした様々な農作物が作られてきました。その中で今注目されているのが、古くから地元の人々に親しまれて来た「会津の伝統野菜」。この野菜と郷土料理、そして創作料理を融合させたメニューを提供しているのが、磐梯はやま温泉にあるヴィライナワシロです。

「小菊かぼちゃ、慶徳（けいとく）玉ねぎ、真渡瓜（まわたうり）、かおり枝豆など、お店ではなかなか手に入らない夏が旬の伝統野菜も、『会津の伝統野菜を守る会』の生産者から直接購入しています。中でも余蒔（よまき）きゅうりは一度生産が途絶えたものを60年ぶりに復活させたもので、市販のきゅうりの約1.5倍の太さと、昔懐かしい青くさが特徴です」と総料理長の山際博美さんは、その魅力を話します。

会津の郷土料理に欠かせない身欠きにしんは、山椒漬けや煮物に使われることが一般的ですが、これを戻して細かく刻み、にんにくや長ねぎ、ごま油などを加えて甘味噌で仕上げたにしんみそは、かつては各家庭でも食べられてきました。「作り方を知る人が少なくなったので、試行錯誤しながら完成させました。茄子と和えたり、ごはんや焼きおにぎりにもぴったりです」と話す山際さんは、それぞれの食材の特徴を活かしたメニューの開発に余念がありません。



「料理を提供する際に生産者のこだわりを紹介すると、お客様の料理に対する関心も高くなります」と山際さん



夏野菜を使ったメニューの一例。右上から時計回りに胡瓜の中華風しその実和え、トマトの詰め物サラダ、丸茄子の味噌噌和え、夏野菜のパスタ風ペペロンチーノ

昨年からはまった体験農場。宿泊のお客様は野菜の収穫体験も可能です(1組4名まで2,100円)

※詳細はヴィライナワシロへお問い合わせください



ちみ 地味いっぱいの夏野菜は シンプルにいただくのが一番

シェ
 Chez やまのべ [下郷町]

南会津郡下郷町大字湯野上字館本乙 1316 ☎ 0241-68-3585
☎ 12:00 ~ / 18:00 ~ (完全予約制)
☎ 困不定休

風光明媚な渓谷沿いにある家庭的なもてなしのレストラン。オーナーシェフの山野辺さんは、名だたるフレンチレストランで総料理長を務めた経験の持ち主で、縁あってこの地に店をかまえ、地元食材を生かしたシンプルなフレンチを提供している。

みずみずしいトマトやナス、キュウリなど、近郊の畑で採れた夏野菜には「パワー」があるとか。特に隣町・南会津町のアスパラは、県内で作付面積2位を誇る特産品で、太くて香り高く、しっかりとした味わいが特徴。これらの野菜は味を付けるための調味ではなく、味をおいしく引き出すためのシンプルなおかずと手間をいただくのがいい、と山野辺さんはその魅力を語る。ランチコースは3,675円から、ディナーコースは10,500円から。



「トマトのタルト パルサミソース」。近郊で採れる南郷トマトなど、酸味と甘味のバランスがいいものを厳選して、ガーリックオイルで絡めてパイ皮にのせ、オープンでシンプルに焼く

自家製野菜とイタリア直送の 食材で作る魅惑の味

アロマテラス [北塩原村]

耶麻郡北塩原村松原字雄子沢 277 ☎ 0241-33-2506
☎ 11:30 ~ 17:00
☎ 困木曜(8月は無休)、11月~4月は休業

「道の駅裏磐梯」のすぐ裏手にあるこの店は、5月から10月までの半年間だけ営業。メニューはセット2,000円、コース3,500円(予約)、おまかせ4,500円(予約)のみで、パスタはニョッキ、ラヴィオリ、リングイネなど数種類から選ぶことができる。

「安全性の確かなものを使いたい」と、料理に使う野菜は敷地内の畑で育てたものや、地元農家による有機栽培のものばかり。ママ自らが無農薬で栽培するのは、毎年イタリアから種を買ってくるカーボロネルロ(黒キャベツ)やイタリアンパセリなど。それらがサラダやソース、彩りにと、形や味を変えて本場イタリア・トスカナ地方の味を作り出す。ズッキーニやピーマンなど朝採り野菜を使い、材料に合わせて調理法を工夫するのもこの店ならではの。



◀イタリア野菜は料理に添えられ、彩りを豊かにする。アスパラやズッキーニなどの焼き野菜の上には溶かしたチーズを。どの料理にも合うのが生のオリーブ果汁。ひと振りかければ風味がさらに増す