



はまふうど・ナビ



DECEMBER 2015 Vol.39



鍋

寒い季節に食べたくなるものといえば、お鍋。
大都市ヨコハマで育まれる、鍋にぴったりの食材をご紹介します。

2~3P “はまふうどナビ特集”

はまふうどコンシェルジュ 私のおすすめ

横浜の地産地消案内人「はまふうどコンシェルジュ」イチオシの直売所や飲食店を紹介します。今回、おすすめのカフェを教えてくださいましたのは西田哲紀子さん。

シェアリーカフェ

所在地 横浜市都筑区中川1-4-1 ハウススクエア横浜 107
アクセス 市営地下鉄ブルーライン中川駅より徒歩2分
連絡先 045-530-3990
URL <http://shairly.com/>
定休日 水曜日

地元産にこだわった、無農薬野菜を中心に、季節の野菜を使った日替わりのランチやスープ、ベーグルなどを提供しています。



はまふうどナビのバックナンバーはウェブサイトでご覧いただけます

<http://www.city.yokohama.lg.jp/kankyo/nousan/tisantisyu/torikumi/hamafoodnavi.html>



鍋と思ったらやっぱりこれ!

白菜

横浜の旬

11月中旬～
2月下旬

寒さが厳しくなると甘みが増す白菜は、これからの季節に特におすすめ。

最近では球の内部が濃い黄色の白菜が、見た目も鮮やかで人気があるそうです。

「白菜はキャベツより葉が大きく柔らかいので、工夫次第で調理も楽しいです」という田中さん。

J A直売所(メルカートつおか)では、白菜とともに、昆布のうまみがきいた田中さん特製の漬物も販売しているので、ぜひ一緒に食べてみてください。



横浜農業協同組合
都岡支部野菜部

田中 信義さん(旭区)

田中さんの野菜が買える直売情報

J A横浜 メルカートつおか

所在地 旭区今宿西町 289

営業日 通年(年末年始を除く)

営業時間 3月～9月 8:30～18:00
10月～2月 8:30～17:00

お鍋以外のおいしい食べ方

キャベツの代わりに白菜を使った
ロールハクサイ

今夜の鍋はお肉が主役!



横浜農業協同組合
養豚部

横山 清さん(泉区)



香り豊かな鍋のもと

しいたけ

横浜の旬

10月上旬～
6月下旬

横浜では数少ない、しいたけを栽培する農家の永島農園。通常の菌床栽培よりも日光を多く取り入れた環境で、「おひさまシイタケ」と名付けたこだわりのしいたけを栽培しています。

「軸までおいしく、噛めば噛むほど味が出ます。軸も刻んでお鍋に入れるとだしが良く出るのでオススメです」という永島農園のしいたけ、ぜひお楽しみください。



永島農園(金沢区)

永島 太一郎さん

永島さんのきのこが買える直売情報

のうえん商店

所在地 金沢区釜利谷東 7-6-17

営業日 月～土

営業時間 9:00～12:00

お鍋以外のおいしい食べ方

軸を取ってかさを上にして焼いた
片面焼き

鍋に甘みと彩りをプラス

にんじん

横浜の旬

11月上旬～
2月下旬

農薬や化学肥料を抑えて栽培された杉崎さんののにんじんは、煮ても炒めても甘くておいしく、近くの小学校の給食にも使われています。

みずみずしい色鮮やかなにんじんは、ぎっしりと甘みが詰まるとにかく絶品!

杉崎さんは収穫時期の異なる2つの品種のにんじんを作り、長い期間販売しているので、春先までその美味しさをたっぷり味わってください。



横浜農業協同組合 長津田支部野菜部

杉崎 章一さん(緑区)

杉崎さんの野菜が買える直売情報

J A横浜 ハマツ子直売所 四季菜館

所在地 青葉区田奈町 52-8

営業日 通年(年末年始を除く)

営業時間 10:00～17:00

お鍋以外のおいしい食べ方

千切りにして醤油で炒めたきんぴら

お鍋の食材がそろ

J A横浜が開設している直売所「ハマツ子」では、たくさんの市内産農畜産物を販売しています。直売所にある旬の野菜を使って、あなたの家でも地産地消のお鍋を作ってみませんか?

<http://ja-yokohama.or.jp/>

- ◆メルカートきた(都筑区)
住所 都筑区東方町1401
- ◆メルカートいそご(磯子区)
住所 磯子区田中2-4-8
- ◆メルカートかながわ(神奈川区)
住所 神奈川区神大寺2-19-15

はまぽーく

横浜育ちの「はまぽーく」は、甘みがある良質な^{あぶら}脂で、肉質はきめ細かくさっぱりしています。消費者が安心・安全に食べられるよう、毎日衛生管理に気を配っています。

「良質なタンパク源の豚肉を消費者の皆様にお届けできるよう頑張っています」という横山さん。「はまぽーく」は、J A横浜の直売所で販売されています。これからの鍋の季節、美味しい市内産お野菜とともに、豚しゃぶなどはいかがでしょう。



横浜でとれた旬の農畜産物をふんだんに使った「はまふうどナベ」をご紹介します。

どんな鍋にも欠かせない

長ねぎ

横浜の旬
11月上旬～
4月下旬

長ねぎ作りで、青木さんが大事にしていることは肥料をやるタイミング。

様子を見ながら、「長年の経験と勘」で栽培された青木さんの長ねぎは、味が濃く、香りが強いのが特徴です。青木さんのこだわりの逸品をお鍋でぜひ味わってください。



横浜農業協同組合 瀬谷支部野菜部

青木 和昭さん (瀬谷区)



お鍋以外のおいしい食べ方
刻んだ長ねぎのかき揚げ

青木さんの野菜が買える直売情報

上瀬谷直売所グループ

所在地 瀬谷区瀬谷町 7634-2

上瀬谷小学校前

営業日 通年 (年末年始・お盆を除く)

営業時間 8:00 から売り切れまで

香りと苦みで大人な鍋に

春菊

横浜の旬
10月上旬～
2月下旬

永島さんはお父さんの代から春菊を作り続けて約50年の大ベテラン。ハウスいっぱいに広がる春菊を、1本1本丁寧に摘みとって収穫しています。

「品質の良いものを」という気持ちで出荷しています」という永島さん。しおれやすいので鮮度が重要な春菊は、生産者と消費者が近い横浜ならではの美味しさが楽しめます。横浜の春菊をぜひ一度食べてみてください。



横浜農業協同組合 鶴見支部野菜部

まさひろ 永島 成泰さん (鶴見区)

お鍋以外のおいしい食べ方
おひたし、天ぷら、胡麻和え



う直売所のご紹介

「ハマッ子」直売所

◆ 本郷店 (泉区)

住所 泉区桂町279-24

◆ みなみ店 (泉区)

住所 泉区中田西2-1-1

◆ 瀬谷店 (瀬谷区)

住所 瀬谷区本郷2-32-10

◆ 都筑中川店 (都筑区)

住所 都筑区中川中央1-26-6

◆ たまプラーザ店 (青葉区)

住所 青葉区美しが丘2-15-1

◆ 中里店 (青葉区)

住所 青葉区下谷本町40-2

◆ 南方騎が原店 (旭区)

住所 旭区柏町131-2

◆ 舞岡や (戸塚区)

住所 戸塚区舞岡町4043

地産地消の鍋が食べられるお店のご紹介

よこはま地産地消サポート店

「横濱うたげや 大ど根性ホルモン」

「横浜ちゃんこ鍋」と称して横浜の食材たっぷりのお鍋を提供しています。

定番の長ネギやしいたけだけではなく、オレンジ白菜やカンパリトマトなど珍しいお野菜がたくさん！横浜の農畜産物が詰まったこのお鍋、注目です。※「横浜ちゃんこ鍋」は前日までに要予約。

住所 西区北幸2-13-4

横浜平成ビルB1

営業時間 月～金 11:30～15:00

17:00～24:00

土 17:00～24:00

問合せ先 Tel. 045-320-3077

Fax. 045-320-3077

アクセス 横浜駅西口より徒歩8分



代表の椿直樹さん

大ど根性
ホルモン



市内15生産者の農畜産物を使用したおせちも予約受付中！
ご予約はお電話で (12/20 まで)

はまふど人

登場

vol.39

さまざまな立場から地産地消に
取り組む方をご紹介します



昨年の料理コンクールの様子



ホテルモントレ横浜
総料理長
よしだ としひこ
吉田敏彦さん

子どもたちに 料理を通して伝えたい



ホテルモントレ横浜で総料理長を務め、横浜マイスターでもある吉田敏彦さんに、ホテルでの横浜野菜を使った地産地消の取組、市内の小学校等での食育の取組について聞きました。

新鮮な地元野菜を朝食に

朝食のbuffetやレストランの料理に、地元の農畜産物を取り入れているホテルモントレ横浜。地元産野菜の魅力を「新鮮なことが一番。できるなら全て地元の野菜を使いたいくらい」と吉田さんは語ります。朝食に出す野菜のマリネには、旬の横浜野菜を使用。12月頃にはダイコンやニンジン、コマツナなどの野菜が使われています。

吉田さんは、「地元の青果店を大事にしたい」という思いから、これらの野菜を青果店から仕入れると決めています。「直接産地とやり取りした方が安かったとしても、青果店を利用したい。たとえば肉屋さんや魚屋さんなど、商店街のお店が減っていくと、地域のお祭りなどの行事ができなくなり、子どもたちが寂しいですよ。子どもたちのためにも、地元のお店を守っていかないと」。



料理の楽しさと食の大切さ

食文化を通じた横浜のPRなどに取り組んでいる横浜ガストロノミ協議会に所属する吉田さんは、食育の取組にも積極的です。昨年11月に横浜市が開催した「はま菜ちゃん料理コンクール」の本選では、審査員長を務めました。当日は、1,362件の応募から一次審査を通った6組の小学生が実際に調理。「みんな堂々としていて、アシスタントの大人への指示も的確で、驚きました」。授賞式では審査員全員のサインが入ったコック帽をプレゼント。「ノートレシピでぎっしり埋めていた子もいて、子どもたちの料理への情熱が伝わってきました。うれしいですね」。

また、市内の小学校で行われる食育出前授業にも参加しています。はまぼーくのカツレツを吉田さんが作り、その付け合わせのニンジングラッセを子どもたちが作ります。「私たちは肉や魚、野菜から命を“いただいて”います。これからも身近な地元の食材を調理することで、“いただきます”と“ごちそうさま”という言葉の大切さを伝えていきたいです」。

子どもたちの未来を思う優しいまなざしの吉田さん。今日も、ホテルやイベント、小学校など、さまざまなシーンで活躍しています。



子どもたちから吉田さんへのお礼の手紙

ホテルモントレ横浜

場所 中区山下町 6-1

横浜野菜が食べられる朝食buffet
7:00 ~ 9:30 (LO9:00)

宿泊等に関する問合せ
045-330-7111 (代表)

レストラン「エスカレー」
045-661-8023 (10:00 ~ 21:00)

レストラン「随縁亭(ずいえんてい)」
045-661-8022 (10:00 ~ 21:00)
<http://www.hotelmonterey.co.jp/yokohama/>



食育出前授業の様子