

美郷がはぐくんだ

自然の恵みを、キレイに美味しい♪ 山中で見つけたマクロビオティック料理



“美郷流” マクロビオティック料理



2000円コースには、おじいちゃんが炭火で、いねいに焼いてくれた川魚。取材時はアメコ、おから豆ソース、山菜の天ぷら（自家製の梅をまたた塩でいただくなど）が付く。



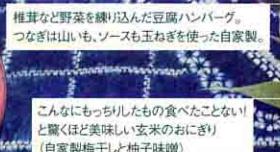
手作りの“のし梅”。さっぱりした甘さがうれしいデザート。



ビタミン豊富な柿の葉茶と、しそジュース



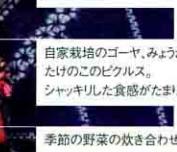
▲椎茸と昆布でダシをとったそば汁付き。じんわりあったか、美味しいです。



こんなにもちりしたものを食べたことない！と驚くほど美味しい玄米のおにぎり（自家製梅干しと柚子味噌）



椎茸など野菜を練り込んだ豆腐ハンバーグ。つなぎは山ひも、ソースも玉ねぎを使った自家製。



自家栽培のゴーヤ、みょうが、たけのこのピクルス。シャッキリした食感がたまりません！



季節の野菜の炊き合わせ。
お箸＆箸置きもご主人の手作り。

吉野川市美郷。春になれば梅、夏はホタルで有名なまちが今あることで県内外から大注目されている。それが、2年前から美郷地区全体で行っているプロジェクト“キレイの里と美郷”。年間を通して感じる美しい自然、そして地域の素材を活かした商品や料理…。健康・美容、暮らし・気持ちなど、訪れた人にあらゆる面から“キレイ”を提供しようと、美郷に住むすべての人たちが考え、行動し、新たな取り組みが日々生まれているのだ。

そんな活動の中で生まれたマクロビオティック料理のお店「きのこの里」さんにお邪魔した。「もともとは美郷の山野草をどいか利用できんかと思つて、みんなでいろいろ話聞きに行きよつたんよ。そこでマクロビ料理研究家中美恵先生に出会つてな。マクロビ料理はお肉や乳製品を使わんと、野菜をようけ使う料理なんよ。それやつたら健康的やし、美郷で取れるもんを使えるなあ」と思うてやろういうことになつたんだじ」と話してくれたのは『きのこの里』で料理をすべて担当する奥さんの川村里子さん。椎茸農家のお嫁さんとして働いていた里子さんは飲食店営業の許可を取り、「ご主人の順一さんは倉庫を改修して掘り炬燵のテーブル席を作つた。そして今年の4月にお店をオープン。間もなく、山間の中で食べられるマクロビ料理のお店」として県内外の人人が多数訪れるようになり、今や全国誌やテレビまで取材に押し寄せるほどに。そんな噂のマクロビ料理を、編もいただきましたが、とにかく美味しい！どれも噛みしめるほどにしっかりと味わいを感じることが出来るだけではなく、彩りがキレイ。この彩りや味は、「今まで料理しな」となかつたけれど、やり始めるとお客様からアドバイスもうつたり、自分でアイデアを出す人が樂しくなって」と笑顔で話す里子さんの向うは、「今まで料理しな」となかつたけれど、心あってこそ。「これからなゆずを使うてゆずプリンしようと思ふんよ」と、

秋・冬メニューのアイデアもこっそり教えてもらちゃいました。山間の急な坂道を登つたり下り着くので運転は大変かもしれないですが、来れば絶対「来て良かった！」と思えるはず。そのほか、美郷ではさらに新しいプロジェクトが進行中。詳細は次号で紹介します！



◆お店に行く時は、看板を目印に。山道なので、気を付けて。



キレイの里 美郷
農家レストラン
きのこの里
吉野川市美郷字田平199-1
tel./0883-43-2370
営/（予約制、10人まで）
休/水曜



◆マクロビ料理を作る里子さん。お店の名前の「きのこの里」は「里」子さんから名付けられた。



▲大人数の場合に使う母屋から見える景色。この風景も素敵なおごとく。椎茸、ゴーヤ、シソ、アメコ…。料理の素材は、ここで作られているのだ。

