

深い渓谷に挟まれた吉野川市美郷地区。従来の郷土料理のほか、地元で取れる四季の食材を使う自然食「マクロビオティック料理」をふるまう民宿や旅館が人気を集めている。美容と健康に良い食事を求めて、全国から老若男女が集まるといふ。その一つ、「農家レストラン」きのこの里を訪ねた。経営する農業、川村里子さん(54)は「メタボのお父さん」も、一度いかが」と勧めている。

休日の昼過ぎ、きのこの里に「今から伺いたいのですが」と電話をした。「もう白米しかないんです」。川村さんが、申し訳なさそうな声で、やりわり断った。

マクロビオティックは「玄米菜食」とも呼ばれる料理。主食は玄米などで、肉や卵、乳製品は食べない。味付けは薄く、基本的に塩のみで素材の甘みを生かす。玄米は一晩前から水に浸す必要がある、きのこの里では、急には用意できないため、一日10人までの予約制にしている。「白米で構いませんから」とお願いし、なんとか受けてもらった。

同市美郷地区(旧美郷村)では数年来、町おこしの機運が高まっており、昨年、その取り組みの一つとして、マクロビオティックの研究家を招いた講習会が開かれた。地元の新鮮な食材をふんだんに使い、素材本来の味を大切にする調理についてアドバイスが

あり、川村さんも習った。川村さんは旧美郷村出身で、21歳で兼業農家の夫・順一さん(58)の元に嫁いで以来、30年以上農業をしてきた。講習会で、地区で作られている野菜の価値を改めて知り、それらを中心にした自然食に感銘を受けた。「美郷に人を集め、地区を活性化するにはこれだ」

レストランに迎え入れられると、倉庫だったとは思えない雰囲気。県産ヒノキ材の香りが漂い、掘りごたつのある居間で、テーブルには色とりどりの料理が並んでいた。そば米雑炊、こんにゃく、美郷特産の梅を漬けた梅干し——と、体に良さそうなものばかり。野菜は予約の電話を受け、野山は予約の電話を受け、炊きたてのくりご飯が用意された。白米のはずだったのに、炊きたてのくりご飯が用意された。お客さんが持つてきてくれたよ。鳴門金時、スタチンなど、旬の食材は川村さんが培ってきた人の輪に乗って届けられる。

地元食材旬の味人気

美郷の自然食レストラン



自慢のマクロビオティック料理を提供し、客と談笑する川村さん(きのこの里で)

れていた。川村さんは「せっかく来てくれたのに、ちょっとの気持ちじゃ」と照れくさそうに笑った。さっそくいだいた。炭火焼きのアユは、川村さんの叔父が吉野川で釣ったもの。サクサクとした歯ごたえ

の酔漬けレンコンは、「鳴門のお客さんが持つてきてくれたよ」。鳴門金時、スタチンなど、旬の食材は川村さんが培ってきた人の輪に乗って届けられる。

食後、外に出た。母屋の縁側に並んだベンチからは周囲の谷が一望できた。同地区の谷向かいには、国の「文化的景観重要地域」に選定されている石積みの石垣が見える。

川村さんはレストランの仕事について「じいちゃんも生き生きとするで。『明日来るお客さんは何食べるんじやろ』って」

「都会から来る人が多いのに徳島弁丸出しで恥ずかしいけど、それも自然のまま。料理と一緒じゃ」とはにかんだ。

日が傾き、少し肌寒くなってきた庭で、洗濯物を取り込む明さんを見つけた。あいさつをする、ゆっくりとおじぎをされた。「またおいでなして」

きのこの里(08833・432370)は吉野川市美郷田平199の1。そば打ち、こんにゃく作り体験のほか、宿泊もできる。予約が必要。