

近ごろよく耳にする「スローフード」とは、一体どんなものなのか。実はこれ、1986年にイタリアで起きた古くからの食文化を守ろうという運動を発端とする。食事を最も大切にす国、イタリアにまで進出してきたハンバーガー・チエーロなどの「ファストフード」に対抗してのこと。食の安全が叫ばれている日本にもこの動きがようやく上陸した。



スローフード宣言! バイブル的な本

安全な食材で安心して食べられる郷土料理をもっと見直そう

「スローフード」は何を目指しているのか。イタリアに本部のあるスローフード協会の宣言には「郷土料理の風味と豊かさを再発見し、かつファストフードの没個性化を無効に



スローフードに詳しい 金丸弘美氏

スローフードの食材と料理に詳しく、「伊賀の里 新農業ビジネス」(NAP)などの著書があるジャーナリストの金丸弘美氏が言う。「スローフードの考え方は、ちゃんとした料理を次世代に伝え、郷土料理を見直して、こうというのが大きな柱になっています。さらに生産者の顔が分かり、消費者が安心して食べられる食材を使うということも目指しています」

イタリア発「食のムーブメント」が注目される理由

なんだ スローフードって

日本にもあったのね

日本のスローフードは 長寿県・沖縄にあり

ならば日本でスローフードを探すとしたら、どこでどんな料理ということになるのか。スローフードの提唱者たちが真っ先に挙げるのは長寿県・沖縄の料理だ。地元でとれた自然の食材をふんだんに用いたナチュララな料理が多いというのがその理由である。

その沖縄料理で、東京で今一番ホットとされるのが「ちゃんぶるう家」だ。プラントン銀座近くで7月にオープンした。

沖縄料理の代表格、



極め付きはヤギの刺し身や、肉・内臓を4時間煮込んだヤギ汁(各1300円)だ。食べ慣れないと、かなりクセがあるが、これが沖縄のスローフードの神髄といえよう。鳥豆腐(500円)も沖縄独自の硬い豆腐の厚揚げを使っている。もちろん、おなじみ豚の角煮や豚足(各700円)も美味。沖縄のオリオンビール(生シヨッキや瓶(各550円)にはお客が注

旬の野菜をふんだんに使った 精進料理もスローフードだ

「季節ごとの有機野菜を中心にして天然の食材を味付けした精進料理も日本の典型的なスローフードです」(金丸氏) そんな料理が味わえるのが、世田谷区三宿で「菜懐石」をうたう「仙」だ。野菜類も自然栽培にこだわり、オリオンの実家がある鳥取から取り寄せている。

料理は昼(6300円)も夜(8500円)新シヨウガの千切りと油揚げ、栗やむかごの炊き込み、そばご飯など多彩。お椀も落花生の豆腐など季節に合わせて出す。コースの品数だけで毎日10種以上にもなる。

数々のチャンプルーにヤギ汁、鳥豆腐……(ちゃんぶるう家)



まずは野菜や海藻の前菜とお酒を(「菜懐石」の「仙」)



旬の食材を煮る、焼く、蒸すの調理技は見事。食材はもとよりだしにも肉や魚類は一切使っていない。酒は純米酒を中心に900円。白ワインはボトルで3500円。なお、味わうには予約が必要。日月祝休。