

今月は、ル・ジャルダン・グルマンの
小山賢一シェフに聞きました。

自然と向き合うこと

山本さんに比べると、私が育てて
いる野菜は、素人の趣味程度だとは思
いますが、畑と向き合って感じた事
を少しだけ綴ってみようと思いま
す。

自然相手は、難しい。(苦笑い)
野菜を育て、収穫するには種をまか
ないといけません。この種まきのタ
イミングすら、最初はわからなかっ
た。(笑)

発芽のメカニズムは、いろんな条件
が揃ってこそ起こりうる自然界の神
秘である、と気づくまで、時間がか
かりました。

野菜によっては1年に1度しか種ま
きのチャンスが無い物もあります。
そのタイミングを逃すと、翌年まで
チャンスは巡ってこない訳で、10
年間やっても10回しかそのチャン
スは訪れない。

そして、発芽しても収穫までの長い
道のりがあるわけで、それはそれ
は、気の遠くなる道のりだと思いま

す。
ほんの数ミリ、あるいは1ミリに満
たない種がやがて大きくなって実を
結ぶロマンがそこにあります。
それゆえ、収穫の喜びはひとしおで
す。

畑で野菜を育て始めてから、間引
きした物も料理に使いました。
育ちすぎた野菜も、カブや大根等は
育ちすぎて、筋っぽくならたら、ま
ずは、すりおろしてガレット(お焼
き風の物)にしたり、スープにしたり、
ズッキーニ等はピーラーで剥いて
パスタ状にして、堅さや筋っぽさ
を感じにくくしたり、いっぺんに沢
山収穫されて、使い切れない物はピ
クルスにしたりと、色々と知恵がわ
いて来ます。

それも自然と向き合う事だと、割り
切って楽しむようにしています。

季節の野菜の一皿を…

とうがたって、花が咲いたサラダ
菜もアクセントとして皿の上を飾っ
てくれますし、キャベツの花も食
べてみるとキャベツの味がする事に
気づくと、楽しみも広がります。

二ろの花や、ネギ坊主、畑のそばの
土筆、大根の花、自生している酸
い葉、等等、市場でなかなか見かけ
ない物も実際に畑をやってみて気づ
いた事も多々あります。
そんなこんなを繰り返しているうち
に、季節の野菜の一皿をお客様にお
出ししようと思いはじめました。

野菜の持ち味を引き出す工夫とし
ては、胡椒は使わず、塩だけで味付
けします。茹で野菜はたっぷりのお
湯と塩でキッチンと火が入った瞬間
を見逃さない。

単純な事の積み重ねですが、その一
つ一つが最終的に美味しさにかわる
ような気がします。

とにかく真直ぐに野菜と向き合う事
が美味しさを引き出すポイントだ
と、私は考えます。

●Le Jardin Gourmand
〒733-0872

広島市西区古江東町11-35

TEL 082-274-4010

<http://jardin1990.com>

キウイモのエテュヴェ(蒸し煮) —この調理法は、ゴボウなどのほかの野菜でも応用できます—



① 皮をむいたキウイモに塩をす
る。



④ ふたをしてオーブンに入れ
る。



② 鍋にバターを入れ、細かい泡
になるまで加熱する。



⑤ 200度のオーブンで20分
くらい、キウイモが柔らかく
なり、下にした面がキャラメ
ル状に色着くまで、加熱す
る。



③ 鍋にキウイモを入れる。
鍋のサイズきちきちに入れる。
鍋のサイズと、キウイモの量
のバランスに気をつける。



⑥ この調理法はごぼう等の他の
野菜でも応用出来ます。
ちなみに、加熱したキウイモ
と鍋に水を加え、煮て、ミキ
サーにかければキウイモの
スープの出来上がりです。

白菜のこと



白菜になれるかなぁ？

う～ん、今年の白菜はちゃんと白菜になれるのだろうか…。いつもより秋の気温がやや高めなので、これから大きくなってくれればいいのですが…。

9月が例年より暑かったので、いつもより遅めに苗を定植。植えた苗が直後に虫に切られたり、枯れてしまったりすることはなかったのですが、3か所に分けて植えたうちの一か所で虫が発生。イモ虫取りをすることに…。一番日当たりなどの条件のいい期待できる場所ただだけに、ちょっとくやしい。あとの2か所は虫食いは少ないものの、やや小ぶりで経過中。毎年のことながら、白菜はムズカシイ。来シーズンに向けて、再挑戦です。

11月の野菜

一葉物いろいろ

ホウレン草、
赤茎ホウレン草、
小松菜、
カブ菜、
水菜、
壬生菜、
チンゲンサイ、
ターサイ、
わさび菜、
からし菜、
ロケットなど

一大根いろいろ

大蔵大根、
黒丸大根、
紅心大根、
辛味大根など

ワケギ、
小カブ、
葉付き人参、
タマネギ、
トウガン、
キクイモ、
大浦太ゴボウ



キクイモ

イノシシのこと



ハウスの前を掘り返されました

ジャガイモを食べられ、トウモロコシを全部食べられ、ソウメンウリやカボチャ、サツマイモも食べられ…と、今年はイノシシとの戦いが初夏からずーっと続いています。今まではあまり来ていなかったハウスの周りまでやって来て、土を掘り返しているのが、これまでとの大きな違い。だんだん人の気配を恐れなくなっているように感じます。簡単な囲いでは、好物を目の前にしたイノシシには全く役に立ちません。自家用の野菜を作っている近所の人たちは、イノシシの好物は作らないと言いますが、そうもいかず…。広い畑を守る何かいい方法はないかと、思案中。

お便りありがとうございます

今回届いた牛蒡もとっても柔らかく、我が家では今晚「鶏ミンチとササがき牛蒡のつくね」に変身。私のお気に入り四角豆(スーパー・百貨店等でも未だ見たことありません@@)も豚肉との中華炒めでパクパクいただきました。

ピーマン嫌いの息子もバナナピーマンの肉詰めなら(ピーマンとわからないのか?)もりもり食べてくれてます。

(大阪府 Mさん)