

わたすおすすめ。 東北おいしいもん!

行ったら
食べて!

味も見た目もルーツも食べ方も色々。広い深い東北麺の世界。

盛岡冷麺

強いコシ、辛くて、冷たくて、でも何か冬でも美味しい盛岡冷麺。朝鮮半島の味が盛岡で独自に進化して今では岩手を代表するグルメに。



白石温麺

400年以上続く宮城の伝統の素麺、「油を使わない手延べ製法」が特長。一説にはうーめんは「うまい麺」だからという説も。



山形肉そば

おいしい蕎麦県・山形。地元では「つたい(冷たい)肉そば」が大人気。常温の汁で食べる鶏と蕎麦のハーモニーがクセになりそう。



青森いちご煮

ウニとアワビの潮汁!ウニの赤味がいちごを思わせることから名づけられたそう。海辺のおもてなし料理の定番。豪華すぎる歓迎ですね。



秋田ハタハタ寿司

秋田県民が愛するハタハタを保存するために生まれた発酵寿司。ほどよい酸味がクセになるおいしさ、いぶりかっごとの相性も抜群。



福島 どぶ汁

漁船で作られたのが始まりという豪快なあんこう料理。水を使わず、野菜とあんこの水分だけで煮込む栄養と旨味が詰まった贅沢な鍋。



ただ今、「わたす日本橋」わたすギャラリーにて、東北6県えりすぐりのおいしいもの紹介中!



食欲の秋、美食の冬 を楽しむ号 Vol.4

2022年9月1日発行第4号 発行元:わたす日本橋



「わたす日本橋・わたすダイニングバル」では、今回ご紹介した「南三陸ワイナリー」などの東北ワインをはじめ、日本酒・地ビールとスタッフが足を運んで自ら厳選した東北のお酒をご用意しています。秋から冬にかけての「おいしい季節」、東北の食材にぴったりな地酒・ワイン・地ビールも楽しみながら、日本橋の夜をお楽しみください。

わたす スタッフ コラム



後編の課題として持ち帰り、良い出張の夜を過ごした。

ワインの海中熟成

「わたす日本橋」佐藤 貢

南三陸にあるワイナリーで海中熟成ワイン体験イベントに参加する機会があった。約10ヶ月間牡蠣養殖に使う籠に括り付けられたワインを一本一本取り外し、ボトルに付着した無数の甲殻類・藻類を洗浄する作業に参加した。震災以降、海環境を改善し、その環境に配慮した牡蠣養殖に取り組んでいる漁師さんと一緒に海中熟成を始めたそう、一本一本の洗浄作業を進めていくうちにほんの少しだけその思いを感じられた気がした。作業終わりのデイナーコース、地元の食材と地元のワイン・海中熟成ワインとの食べ飲み合わせが、一言で表すと「自然のマリアージュ」。自然の恵みに勝る調味料はなし!今回の体験をもとに、この素材の力強さをどこまで伝えられるのか?どのようにして持ち帰るのか?今の課題として持ち帰り、良い出張の夜を過ごした。



わたすの
大好きなピアノで人々を元気に。
南三陸町に音楽を届けたい。
公務員ピアノリスト谷口博章さん

南三陸町長を通じてご縁ができた、「公務員ピアノリスト」として活躍する兵庫西宮市職員の谷口博章さん。相手への配慮・思いやりをにじませながら、音楽を通して南三陸町に寄り添い続ける谷口さんの取り組みに、「わたす日本橋」は感銘を受けました。

わたす キッチンレシピ

2
回

「わたす日本橋」シェフ直伝
南仏の郷土料理をわたす風にアレンジ。
「おイモと混ぜる」簡単料理。
真鯖のブランドード
Chef Yanashima



- 真鯖 1切れ 80g
- じゃがいも・皮をむいて 300g
- ニンニク 1/2 かけ
- 牛乳 50cc
- オリーブオイル 適量
- 塩 適量
- 白胡椒 適量

①ニンニクをみじん切りにしておく。じゃがいもは皮をむいて4分の1サイズに切って水から茹でる。②柔らかくなったら茹で

汁を捨てて、牛乳・オリーブオイルを加えて、荒く潰して硬めのマッシュポテトにする。軽く塩、白胡椒をする。③真鯖は、熱湯で茹でて火を通し、骨と皮を除いて身をほぐす。④マッシュポテトにほぐした真鯖、ニンニク、白胡椒、オリーブオイルを加えてよく混ぜ合わせる(全体がなめらかになるように混ぜる)。

通常は保存食でもある干鰯を使用し南仏の郷土料理風になります。鯖感を強く出したい場合はポテトと調味料と合わせる際にほぐした身を混ぜ過ぎないようにします。また、耐熱容器に真鯖のブランドードを入れて上からシュレッドチーズをかけてオーブンで焼けば真鯖のポテトグラタンにもアレンジが可能です。



憧れの秘湯秋田の乳頭温泉郷巡り
一度は行きたい秘湯ランキングに常に3位以内にランクインする秋田県北東部の乳頭温泉郷。ここには、鶴の湯温泉、大釜温泉、妙乃湯温泉、蟹場温泉、孫六温泉、黒湯温泉、の六軒の一軒宿と休暇村乳頭温泉郷、の7件の宿と一本松温泉という野湯がある。何れも秘湯に相応しい温泉である。



編集後記

仙台育英の初優勝と、わたすの醍醐味。極上の出逢いが織りなす美しい化学反応に感涙の夏でした。みなさん、取材で気仙沼や南三陸町にいらしてました。料理、景色、人、全てがサイコーでした!(副編集長Y)取材を通じて、いつもお世話になっている皆さんのお仕事への姿勢や想い!「ねぎん」谷口さん、亀山さんに取材をすることができ、貴重な機会となりました!秋の味覚を求めて東北に行きたいなあ(M.K.)約3年ぶりの宮城。色々なものが完成した海沿いの景色を見て、本当の復興はこれからなんだと感じました。(ささ)温泉記事、ほんとはもっとお伝えしたい事があるのですが、限られた文字数では表現できません。行って体感してください、驚きの宝庫です。(やっさん)

わたす日本橋

https://www.watasu.net
営業時間 平日・土・日・祝 休業日:年末年始
LUNCH 11:00~15:00/CAFE 15:00~17:00/
DINNER 17:00~22:00 (L.O. 21:00)
TEL. 03-3510-3185



※新型コロナウイルス感染症対策として、営業時間を変更している場合がございます。最新の状況は店舗へお問合せ、または「わたす日本橋」公式サイトにてご確認ください。



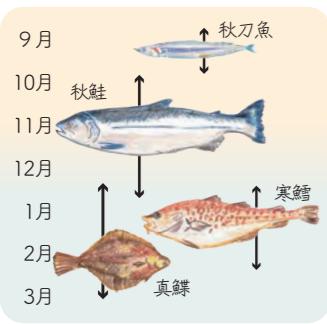
わたすの 取り組み

小久慈焼と橿岡焼で
東北の風土を伝える



美しい表情、素朴な温かみのある器は、東北の食材を使った料理にぴったり

「わたすダイニング&バル」では、東北の風土や日常を感じていただきたいと思い、食材だけでなく器にもこだわっています。使用しているのは、岩手県久慈市の「小久慈焼(こくじやき)」と、秋田県大仙市の「橿岡焼(ならおかやき)」の器。ダイニング&バルのスタッフも、窯元を見学しに行きました。小久慈焼は、江戸時代後期までさかのぼる歴史ある伝統工芸品。地元の粘土と釉薬を用い、登り窯で約60時間かけて焼き上げます。「何気ない日々の暮らしに寄り添うように」という思いが込められた器は、地元でも愛されています。橿岡焼も、江戸時代の末から続く伝統的な陶器。白土と各種灰の配合によって白色にも青色にもなり、さまざまな表情を見せるのが特徴です。



今回は、秋・冬が旬の東北の魚を紹介しましょう。まずは南三陸産の秋鮭。高タンパク・低カロリーで、脂身が少なくヘルシーなのが特徴です。お刺身はもちろん、「はらこ飯」も大人気。また、秋といえば「秋刀魚」です。宮城県産の秋刀魚は脂がのっており、高タンパクでビタミン類が豊富。塩焼きにするのが最高です！一方、冬におすすめの魚は鱈。くせがなく、和・洋・中どんな料理にも合います。冬に水揚げされる鱈は「寒鰯」と呼ばれ、旬は1月上旬〜2月中旬。南三陸産の寒鰯は鮮度が高く品質がよいといわれています。最後は、淡白で上品な味わいの鱈。宮城県では年間を通してさまざまなカレイ類が水揚げされますが、冬に旬を迎えるのは「真鱈」。塩焼きや煮付け、ムニエル、唐揚げなど、多彩に楽しめます。どの魚も「わたすダイニング&バル」で提供しますので、ぜひ味わってください。

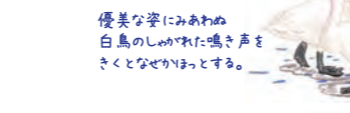


山と海をつなぐ道をドライブしよう。

南三陸に行くなら東北新幹線「くりこま高原駅」から車で行くのが便利おすすめ。直行なら40分程で志津川湾に到着します。けれどこれからの季節、美しい自然、黄金色に輝く田園風景、文化にふれながら、のんびり海へとドライブしてみませんか？



栗原市・登米市にまたがる【伊豆沼・内沼】は夏の蓮の群生が有名。そして、秋冬はマガンと白鳥あわせて約18,000羽が越冬する日本有数の渡り鳥の飛来地。この時期、朝の白鳥の飛び立ちが圧巻で、地元の人たちもその美しい群舞を見ようと早起きして出かけてくるそうです。



「美しい夕陽にみまわぬ白鳥のしめげに鳴き声をきくとほろほろと泣く。」

登米の「映えスポット」として脚光を浴びている【若草稲荷神社】。長閑な田園風景が広がる眺望、鮮やかな花手水、4匹のアイドル猫と、映え素材が目白押し。そして2輪バイクの守護神社としても有名で、全国からバイク一達が参拝しに次々と乗りつけてくる。眺めたり、猫を撫でたり、写真を撮っているうちにあっという間に時間が過ぎてしまうから、多めに時間をとって寄ってみて。

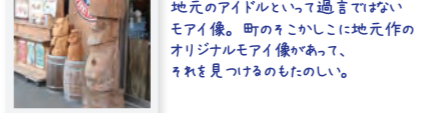


猫たちは、首に「ペット守」という特製のお守りをつけて、神社の一員としてしかりお勤めしている。

気仙沼市と南三陸町の町境にある【田東山】。春に山を覆うツツジが有名だが、秋の澄んだ空気の中、眼下にひろがる太平洋のパノラマを眺めるのもまた格別。

絵と文 ささこ

南三陸の到着地点をさんさん商店街にすると、「モアイ像」が出迎えてくれる。この大きな石像はイースター島で製作され、チリ共和国から贈られた真正正銘の本物。チリ津波以来お互い支え合ってきた長年の交流の証でもあります。さて、このモアイ像、本物ならではのパワーというものだろうか？薄い身体に大きな顔、鋭い目力。見れば見るほどその魅力に引き込まれる。是非、じっくりと鑑賞してほしい。



地元のアイドルという過言ではないモアイ像。町のそこかしこに地元作のオリジナルモアイ像があって、それを見つけるのもたのしい。



よりみちお茶っ子

田んぼの真ん中でひととき。
Cafe & Books 「one world」

くりこま高原駅と志津川駅の中間地点。田んぼにかこまれた古民家に入ると、広々とした空間の壁一面に並んだ本が目飛び込んでくる。東京から地元に戻った2017年、本と旅が何より好きな伊藤さんが「気持ち良く本を読める場所」がほしくて、祖父の農作業小屋を自ら改装して作ったそう。美味しいCafeと本に囲まれてドライブの疲れを癒しては。

住所：宮城県登米市東和町錦織萱野5
くりこま高原駅、志津川駅からそれぞれ車で約30分
営業：毎週土曜日11〜17時 (L.O.16時)
URL：https://www.instagram.com/cafeoneworld/?hl=ja

今年はずっと海外に行けると喜び、オーナー伊藤さん

私たちに繋がる産業

生産者の想いをつなぐ、南三陸ワイナリー

「南三陸のみんなとおいしくなりたい」を掲げ、2020年10月にオープンした南三陸ワイナリー。はじまりは、南三陸町地域おこし協力隊によって2017年から始まった「南三陸ワインプロジェクト」でした。2019年に南三陸ワイナリー株式会社を設立し、2020年にコロナ禍の困難を乗り越えながらも醸造所・ショップをオープン。そして、レストラン営業の開始へと発展していきました。

「おいしいワインを造るだけではなく、生産者さんたちへとつながる役割を担いたい」という想いを教えてくださったのは、プロジェクト当時から協力隊として携わり、現在南三陸ワイナリーの代表取締役を務められている佐々木道彦さん。南三陸ワイナリーが企画するイベントを通じて、南三陸町の豊かな自然・食材を感じてもらおうことや生産者さんとの交流する時間を大切にしています。その一例として、南三陸町の漁師さんと連携して取り組んでいる、海中熟成ワインの体験イベントがあります。海中熟成ワインの引き上げ作業をクルーズ船から見学できるのもわくわくしますし、南三陸食材をふんだんに使ったシェフ特製のお料理と、南三陸ワインのマリアージュが楽しめるのも人気のポイントです。



代表の佐々木さん（左）と南三陸町の漁師さんたち

「もともととは、プロジェクトが発足してからこんなに早くオープンできるとは思っていませんでした。でも、このまちはやる気のある人たちが本気で応援してくれます。南三陸町だからこそ、こんなにスムーズにできました。ワイナリーができたことがゴールではなく、まだスタート地点に立てたところ。ワインを通じて、

おいしいだけでなく、さまざまな学びや出会いの場となり、結果的にまちのファインを増やしている南三陸ワイナリー。まさに、わたす日本橋と同じように「橋渡し」を大切にしながら、地域とみなさんを繋ぐ産業です。今年の夏に引き上げたまるやかな味わいの海中熟成ワインも発売中です。わたす日本橋でも一部南三陸ワインを味わうことができますので、南三陸ワイナリーの物語を感じながら味わってみてください。（取材：大場黎亜）



港に面した南三陸ワイナリー
南三陸町のキラキラをデザインしたラベルのワインボトル

この人に会いに行こう

宮城県南三陸町
「YES工房」
阿部忠義さん・大森丈広さん



大森丈広さん(右)と、阿部忠義さん(左)

南三陸町入谷地区にあるYES工房。ここで会うことができるのが、ユーモア溢れる阿部忠義さんと、新たな商品や体験を展開している代表の大森丈広さんです。

「廃(はい)」は英語で「YES」なので「NO」と言わない)YES工房」という前向きなネーミングをした阿部さん。震災後、家や仕事を失った町民たちに働く場と交流の場を作りたいという想いで立ち上げました。今では、震災前から名物だった縁起物「オクトパス君」に加え、南三陸産を使った木工製品や繭細工の制作・販売、体験受け入れ等を行っており、大森さんは「つくるだけではなく、林業や養蚕の歴史なども伝えていきたい」と話します。

わたす日本橋にもYES工房で作られた家具を取り入れてあります。「買う」「つくる」だけでなく、彼らと「話す」のも楽しみ方の一つ。ぜひお二人に会いに、足を運んでみませんか。（取材：大場黎亜）



自然素材を使い、楽しく自然を学べるワークショップを行っている。

語りわたす - 「田植えと暦」 -

私たちの暮らしに欠かせない食糧のお米に、数々の謂れがある。特に田植えについては「卯の日」や「午の日」に田植えをしてはならないという説などがあった。あらゆりの神様もお休みする日だからという説や、家の大黒柱が埋(卯)まつてしまうからという説がある。「午の日」は、昔は馬を使って田の作業をしたため、午の日にはいいから休ませないという説などがあった。あらゆりの神様もお休みする日だからという説や、家の大黒柱が埋(卯)まつてしまうからという説がある。

地域に生きる - 浜から未来を創る -



宮城県石巻市牡鹿半島の小さな集落・蛤浜で、持続可能な地域づくりに取り組み「一般社団法人はまのね」。

蛤浜で生まれ育った亀山貴一さんは、東日本大震災で大きな被害を受けた浜を再生するため、2012年3月に「蛤浜再生プロジェクト」を立ち上げました。人々が集える場所として「はまのね」はまぐり堂(現・浜の暮らしのほまぐり堂)を開業し、翌年に「一般社団法人はまのね」を設立。持続可能な地域をつくるため、水産業・林業・狩猟の6次産業化や、鹿対策といった地域課題に取り組みほか、視察や研修の受け入れを行ってきました。「最近力を入れてるのは『石巻のもうひとつの宝を探そう』という勉強会です。たとえば、浜のお母さんたちの普段の料理や、昔からある生活の知恵に実は価値がある。浜の人たちは、あるものを工夫して暮らしをつくらせているので、世の中の情勢が不穏でも、たくましいんですよ。そんな浜の生き方を深掘りし、その価値を言語化していきたい」と話します。また、関係人口を増やすため、ワークショップのしくみ整備や会員制コミュニティづくり、学びのプログラムや企業研修にも注力しています。「浜のお母さんたちと一緒に食卓を囲んだり、海で漁をしたり、浜の暮らしを体験してもらいたい。消費中心の暮らしでは味わえない、自然の中で自ら何かを生み出すことの豊かさや喜びを感じてもらえたら」と亀山さん。「都市と地方がアイデアを出し合い、新しい生き方を描けるような場をつくってほしい」と、未来に思いを馳せます。（取材：小島楢子）



亀山貴一さん(中央)とスタッフの方達(写真提供：一般社団法人はまのね)写真はInstagramから。日々、浜の暮らしが発信されているinstagram.com/hamaguridou/