

文旦ムキムキ通信

文旦好きがこういて、遂に発行！ 2019.4.5更新 第1号(季刊更新) 企画・制作・発行・デザイン／アトリエくぼり子リス 〒780-0301 高知市香野町弘明上1176-2 [携帯] 090-3784-3307 [e-mail] kotsu@lime.ocn.ne.jp 2019.4.5 vol.1



1 (2/3) 露地文旦解禁祝い帯屋町ムキムキ。2 (2/23) 東京下北沢高知 Night ムキムキ。3 (1/26) 白木果樹園2019 年文旦類食べ比べ会 文旦皿鉢。4 (2/16) ご結婚記念お喜びムキムキ。5 (2/14) 高知南ロータリークラブ講演ムキムキ。6 (3/13) 城西館、松本昌時料理長、厚生労働大臣表彰祝賀会ムキムキ。7 (2/17) NHK「うまいッ」取材でムキムキ (3/10) 高知龍馬空港「土佐のおきやく」お見送りムキムキ。9 (2/23) 新宿タカノフルーツバーラー文旦ムキムキ講座。10 (1/14) トップパティシエに学ぶ高知素材塾。他にも (1/31) 高知県高坂学園生涯大学講演ムキムキ、めざまし 25 周年企画「日本つながるプロジェクト」、d design travel show 高知号出版記念パーティー、山内家ゆかりの要法寺お花見パーティなどなど、2019 露地文旦旬の時期も、剥いて剥きまくらせていただき、関係者の皆様に深く御礼申し上げます。さて！水晶文旦、温室文旦を経て、露地文旦の季節もそろそろラストスパートの時期を迎えます。その名も「なごり文旦」。この時期の土佐文旦は、酸味が抜けて甘さが際立ち、若干皮も柔らかくなって剥きやすくなります。毎年この時期に、文旦ムキムキライフ 1 年の記録をとどめたいと「文旦ムキムキ通信」を発行させていただくことになりました。土佐文旦を使った商品や出来事などございましたら、是非！情報お寄せください。どうぞよろしく願いいたします。

まんぼの野圃い!?

はっち♪



「ダンボールって、かさばるのね…」ムニャムニャ…

※文旦は、ワラなどで野圃いをして追熟させます。



高知野菜サポーター・野菜ソムリエプロ 上原恭子さん
上原先生に初めてお目にかかったのは、確か2015年の1月末、ファーム輝さんの「トマト食べ比べ会」の席だったと思います。2人共、とにかく文旦&トマトが大好きで、すぐに意気投合の後、私が「文旦好きがこうじて」の出版の夢を語った時も「JA東京中央会特別顧問の高橋金一さんや文旦生産者さんと共に、力強く応援してくださいました。実は、この「文旦ムキムキ通信」を発行するきっかけを作ってくれたのも上原先生でした。これは記録しておきたい」というパワフルな動きに加え、出版後も「文旦バスケット」の進化が止まらない！遂には全国放送の人気番組「マツコの知らない世界」

でも紹介され「カワイイ」と、乙女達の目を釘付けにしまったのです。また、2月23日、昨年に引き続き、新宿高野カルチャーサロンにおきまして「土佐文旦ムキムキ教室」を開催させていただきました。参加者が昨年10月の倍のフロアになっていくというところで、すっかり怖気付いてしまっていた私を、煽りと助けに来てくださいます。そのムキムキ教室に参加して下さった「d design travel」の佐々木副編集長の「※d design travel show」と高知を食べる会」へのお誘いにも、お仲間と共に駆けつけてくださり、「文旦バスケット」で会場に華を添えてくださいました。また、RKC高知放送こうちeye、KUTVテレビ高知イブニングKOCHIの取材にも、東京からはるばる高知入りされ、土佐文旦のPRに一役高知に「アイデア」という、大きなお土産もいただきました。文旦ムキムキタイムには「今頃先生も剥いてるかな」と、ほっこり気分。上原先生、これからも土佐文旦共々、高知の野菜達を、どうぞよろしくお願いたします。丁、文旦バスケットの取材風景(白木果樹園白木浩一さんと、新宿高野カルチャーサロンでのお教室風景。d design travel show「高知を食べる会」の様子)。



高知の「おきやく」、東京でもやります！
dancyu祭でやります！



2019/04/27(土)・28(日)
10:00 ~ 17:00
ベルサール秋葉原 2F
(東京都千代田区外神田 3-12-8 住友不動産秋葉原ビル 2F)
【主催】dancyu イベント事務局

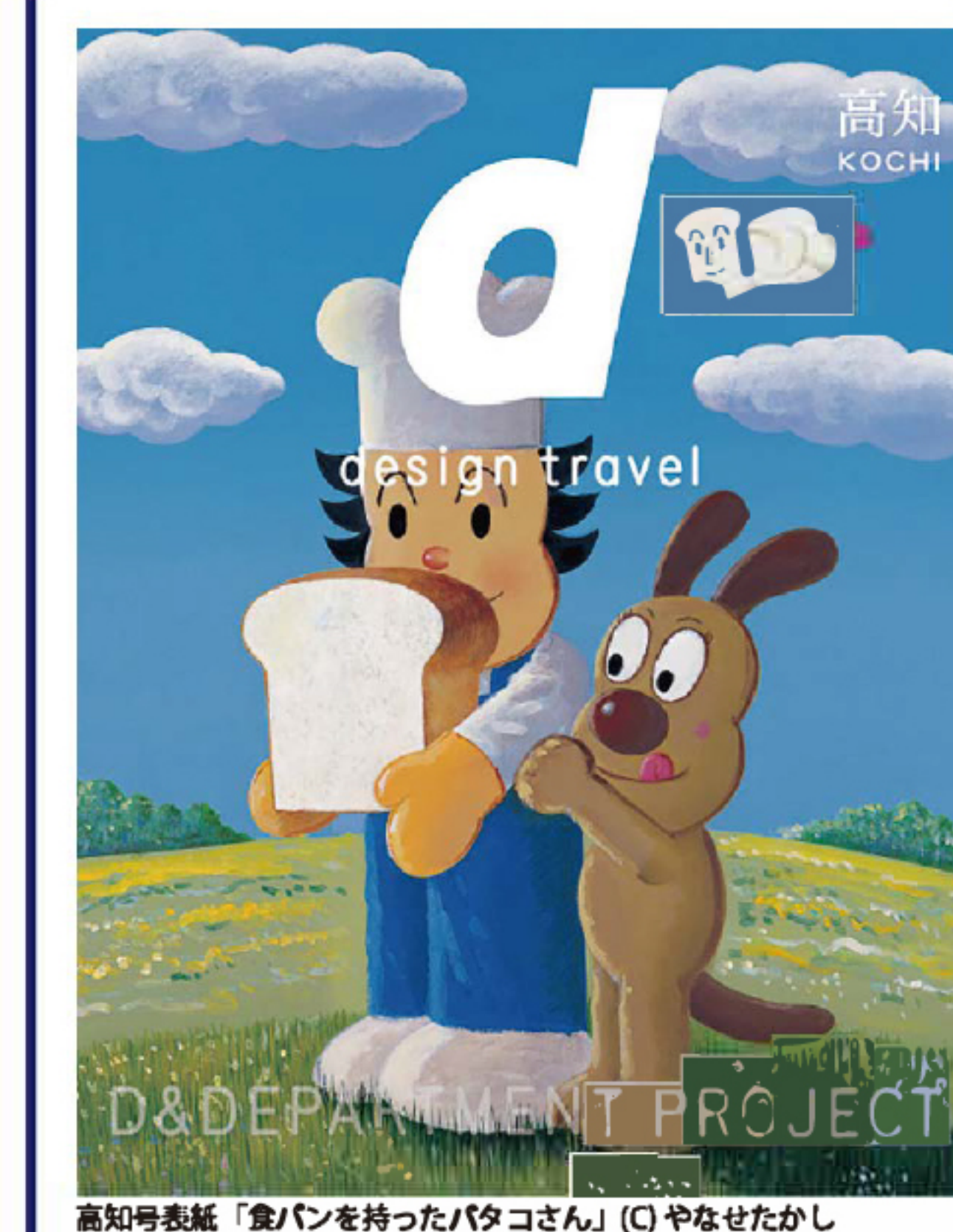
昨年7月に発売された「dancyu・8月号・夏の館特集」では、「土佐田舎寿司」を巻頭ページに取り上げてくださった植野広生編集長。「高知は世界のサンセバスチャン、いや、それ以上かもしれません！」と大変気に入っていただきました。「土佐のおきやく 2019」では、たくさんの報道関係者と一緒に再び高知入り、おきやくに参加していただきました。アーケードに量を敷き詰め、炬燵と七輪の大おきやくや、お座敷遊び体験にも参加。大いに楽しめました。高知のおきやく東京でも開催されるそうです！

(大おきやくフィナーレの様子はコチラから→)
■お申し込みは/東京で「土佐のおきやく」体験 | EventRegist (イベントレジスト)
<https://eventregist.com/e/xhln4E13s2AN>

編集後記

2017年に「文旦好きがこうじて」を出版してから2年になります。昨年は「土佐寿司の本」の編集にほぼ時間を費やしていましたので、あまり大きな動きはできなかったのですが、その間「本」はまるで野圃いされた文旦のように、確実に熟成していたんですね。今年は本当にいるんな方からありがたいオファーをいただき、まあ、後にも先にも、こんなに文旦を剥いた年はございません。もともと2月3月は、非常勤講師の仕事も取材の仕事も閑散期。ここに大好きな土佐文旦の旬の時期が、パツチリはまったわけです。

旬の時期は超多忙な生産者さん方に代わって、これからも、野菜ソムリエさん、文旦ガールさん方と一緒に、微力ではありますが、土佐文旦のPRを頑張りたいと思います。これからもどうぞよろしく願いいたします。



※約2ヶ月間高知県を暮らすように旅をし、その土地らしさを1冊にまとめた25冊目となる高知号 d design travel KOCHI
47都道府県のデザイン観光ガイド「d design travel」47都道府県それぞれにある「その土地に長く続く個性」や「らしさ」をデザイン的視点から選り出し、年間3冊、1冊につき1県を特集したガイドブック「d design travel」を制作しています。

2019年3月発売！

お求めはコチラから
https://www.d-department.com/category/STORE_CULTURE/2
018000100103.html



新宿高野カルチャーサロン 文旦ムキムキ教室にご参加くださった 編集部の佐々木亮子さん



イタリア料理 おかだ オーナーシェフ 岡田圭介 さんをご紹介します

2017年に開催された「土佐文旦振興対策協議会総会」のパネリストの一人。2018 年に東京で開催された「土佐ぶんたん祭」の晩に連れて行っていただいた、上原恭子さん（4 面掲載）おすすめのお店です。料理に使う素材は本物にこだわり、イタリアや国内の生産者より日々届くそうです。

イタリア料理 おかだ
東京都渋谷区神山町 7-12太田ビル 1F (http://okada-italia.com)
050-3627-9006（ご予約）

メインはイタリアのチンタセーゼという豚のグリル、文旦マスタード添えです。グリルした豚肉に添えたのは文旦ピールと粒マスタード、赤ワインを煮詰めたものを合わせています。



チェッロは文旦、レモン等季節の柑橘を使っていつも作っています。今年も

10 人の生産者のものを楽しんでいただいています。



前菜ですが、旬のサヨリの文旦マリネ、フルーッとマトのヴィネグレット
文旦の果汁でマリネして、サラダとフルーッとマトと合わせた一品です。
文旦と旬が同じ時期ですごく合います。



ドルチェは文旦のセミフレッド イチゴソース
文旦のピールを混ぜ込んでセミフレッドにしています。セミフレッドとは、アイスのようなんですが泡立てた生クリーム、メレンゲを混ぜ合わせて冷凍庫で固めた冷たいデザートになります。



思い出の文旦料理&シェフのことば
まずみなさんご存知だと思っんですけど、土佐文旦を生産される人によってそれぞれ「モノが違う」「香りが違う」「甘みも違う……」時期によっても違っというおもしろさがあります。同じ生産者の方から「はり」盛り「なごり」の時期に、3 回ぐらいつつ送ってもらった文旦なんですけど、本当に毎回「味が違う」のには驚かされました。
また「冷蔵庫に何日入っていたのか」「ちょっと外に出していたのか」で、本当に一つ一つ「味が変わる」「香りが変わる」これはもう、その時に感覚で「あ、この料理に向いてるんじゃないか、この香りがこれに合いそう！」っていう……これほどおいしい食材はないと思います。お客様によく何か一つの食材についてご案内する時「どういった味ですよ」というよりも「こういう人がこんな思いで作っていますので、あなたが合うと思いますよ」というご提案をさせていただいています。味は好みになりますので、酸味がしつかりした方がいいのか、甘みが強い方がいいのかというところはお客様にお聞きします。

文旦の燻製カクテル？



新宿タカノフルーツバーラーで開催させていただいた「文旦ムキムキ教室」でコラボしてくださった銀座「bar caco」の大場健志さんが、面白いカクテルをご提案してくださいました。（ムキムキで使った文旦ピールの活用法）「漬け込み酒は日本酒だと厳密に言うとな法律違反になってしまふので酒粕焼酎とかになってしまいが、プロのバーテンダー向けではないので、家にある材料で簡単に作れる一杯にしようと思いました。使用したお酒は、船中八策（司牡丹酒造株式会社）+文旦ピールで、密閉容器半分くらいに船中八策を入れて、その上に文旦ピールを（浸からないように）吊るして蓋をします。一晩くらいおくと、文旦の香り酒が出来上がりますので、冷やしてそのまま、もしくはソーダ割りで楽しみたいだけです。文旦の香りに船中八策の辛口がよく合います。



bar caco
東京都中央区銀座3-14-8銀座NKビルB1
03-6264-0590

勝手に文旦添えてみ隊♪



【焼き鯖すし】
高知龍馬空港で「文旦ムキムキイベント」。お楽しみは「土佐料理司」の焼き鯖すし。すし飯にしみ込んだ鯖の旨味がたまりません。薄く切ったきゅうりの上に乗せた文旦すしのサッパリ感と相性もいい。



【はりまや文旦 de シュー】
2019 年 4 月 5 日（金）はりまや橋商店街の「文旦ムキムキイベント」。はりまや市に出店されている焼き菓子まみゆとさんとコラボして、今年も「文旦好きがこうじて」をご購入くださったお客様先着 30 名様にプレゼント！



【ハンバーグに♡】
お肉やハンバーグの上にはパイナップルが定番ですが、文旦の味も絶対合うはず！と乗せさせていただきました。ほら、やっぱり！のお味でした。

Kitchen Ni-Da
高知市吉田町9-12
088-823-5467



【野菜たっぷりランチに♡】
色鮮やかな地元の野菜が美味しくてたっぷり食べられる薬屋定食。野菜の仲間入りさせてもらえて、文旦もうれしそう♪
薬屋 Waraya
高知市前野北町 1-10-3 沢田マンション 1F 37 号室
088-819-2048

※注/お店にご了解いただいて撮影させていただきました。各店の定番メニューではございませんのでご注意ください。



【嬉しいひな祭りを文旦寿司でお祝い♡】
鯖のそぼろ寿司を文旦器に装って、女の子のお節句をお祝い。文旦の持つ自然の酸味と香りが、鯖そぼろ寿司に一層の旨味を感じさせてくれます。桜の花びらに文旦を乗せ、小さなおひな様と文旦寿司でお祝いの食卓。いくつになっても（女の子）の気分を味わえるワンプレートです。



【春の饗宴♡文旦彩りサラダ】
目と食感で楽しむ文旦彩りサラダ。可愛いらしいリーフレタス、タコ、スナップえんどう、文旦果実を文旦器に装って春を演出。食卓を華やかに演出してくれる一品。

※高島さんには「文旦ムキムキイベント」などで、いつも大変お世話になっております。土佐のおきやくでお馴染みの、デハラユキノリ作のフィギュア「ペロペロの神様」をサプライズ文旦の真ん中に配置した写真も、高島さんに教えていただいたナイスなアイデア。漁師町 土佐久礼のご出身。「魚料理もまかいちよって！」と頼もしい。



文旦大好き♡学校図書館司書 高島香里さん

祖母や母が大切にしてきた「食を生活の中心に据える」を受け継ぎ、高知の旬を味わえる行事食やお弁当づくり、また日々の食事やおやつづくりを楽しみながら、男の子一人を育ててきました。働きながらの三食づくりは本当に大変でしたが、大学生になった息子たちの「美味しい」の声が一番の励みになっていたのだと実感する毎日です。

お味といい、デザインといい、素晴らしい商品開発になりましたね♡

