

島短食レポ隊

～雲南編～

こんにちは。雲南編担当の河野です。

雲南地方は山に囲まれ、お米や野菜、きのこ、卵、牛乳など採れる食材が豊富です。

そこで、私たちは食の杜にある室山農園にお邪魔し、
雲南の食と、食に関わる人たちを取材してきました。

そこは、私の想像を超えた素敵な空間で、
それを少しでも皆さんにお伝えできればと思います。

しょく もり 食の杜とは

雲南市木次町の自然豊かな谷あいにある交流体験型の施設。
1966年に「健康」を基本としたまちづくりを展開し、食の安全にこだわった
「健康農業」を推進してきた旧木次町のシンボル農園です。

食の杜の中には、ワイナリー奥出雲葡萄園、室山農園、杜のパン屋があります。

自然に逆らわず、安心して口に入れられる、生命力にあふれた食べ物を作ることを心がけておられます。

むろやま 室山農園

室山農園には、茅葺の家で宿泊・休憩できる施設、無農薬有機栽培による酒米を使った、「どぶろく製作所」、地域自主組織「日登の郷」が企画する、どぶろくと田舎料理バイキングがあります。



先客に広島から団体のお客さん。ここには地元からは勿論のこと、中国地方全域、長期休暇中にはなんと東京や大阪からも足を運ばれる方もおられます。

また、この食の杜の創設者は
「木次バスチャライズ牛乳」の社長さん。
現在97歳で元気にご活躍中。
有機農業の元祖でもあります。



田舎料理バイキング

室山農園ないにある田舎料理バイキングへ行ってみました！

出迎えてくれたのは目移りするほどのたくさんの創作料理！

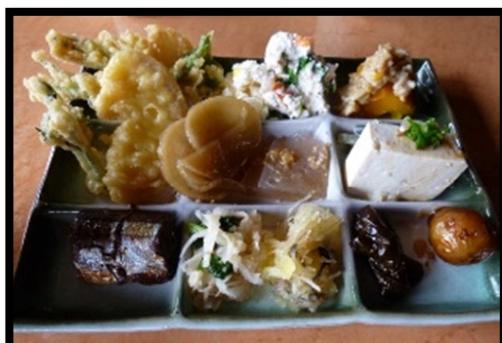
毎日 20 品目ほど作られるとのこと。



さっそく試食です！こんな感じになりました！



メンバーの皿を覗いてみると・・・個性がでますね。



どうやら 1 周で全ての料理を制覇するには
限界があるようです。

次、何をとりにいこうかと考えるのも
バイキングの醍醐味ですね。

おすすめの料理は

『かやぶき名物 木次牛乳のむろやま和え』
木次牛乳をつかった料理で白和えのようですが、チーズのような…とってもまろやかな感じでした。乳製品特有の風味が鼻をぬけて美味しいくて面白い料理でした。





『煮しめ』わらび、ふき、たけのこ、しいたけ、こんにゃくといった山の幸や、地元でつくられた、にんじん、こんにゃくが使われていました。

『ダイコンのべっこう煮』しっかりと味がしみこんで、柔らかい！
田舎料理には欠かせませんね！おいしくてご飯が進みました。



お皿いっぱいの『天ぷら』
山菜、蕪、さつま芋、どれもおいしそうで迷ってしまいました。



他にも、栗ご飯・かぼちゃのそぼろ煮・秋刀魚の生姜煮・大根漬け炒め煮・青菜の胡麻和え・糸瓜の酢の物、燻製卵といった田舎料理でしか味わえない料理がたくさんありました。

日登のお母さんたち



野菜は全て地元のお母さんたちが家で育てておられ、料理を作るときに収穫し持ち寄るので、新鮮な野菜が食べられます。料理のほとんどはお母さんたちが子供のころに食べていたものだそうです。毎日6人で調理をしておられます。



Q このバイキングを始めたきっかけは？

A 昔ながらの料理を今の若い人たちに食べてもらって、次の世代につなげたい！という思いが始まりやね。各々が幼少期に食べさせてもらった料理を再現して今の人も食べやすいように工夫をしとるよ。

Q 料理の内容は毎回変わりますか？

A 定番のものもあるけど、大体が日によっても時期によっても変わるから「次来たら何があるかな～」って楽しみにしてもらえるね。

夏は焼き鯖寿司が人気でそれが目当てで来るお客様もおられるよ。

焼きさば寿司は雲南地区の名物！生のさばを1本丸ごと串に刺し、炭火で焼く。それを、お寿司に混ぜて食べる！昔は冷蔵保存がなかったので、生では痛みやすいため、このような料理ができたのだそうです。

夏には、ぜひ食べてみたいですね。

見どころ



ほおづき 普通においてあると飾りだと思って見過ごしてしまいそうですが、なんと中の黄色い実、食べられるんです。甘くて少し酸味が利いていて木苺みたいです。

てんぷら こちらは蕪です。葉もついていて見た目がとても可愛らしく、目でも私たちを楽しませてくれます。お母さんたちが心を込めて 育てた無農薬の野菜はとても甘いです。



お花 飾りのお花だって自給自足。あらゆるもの を自然で貯っているのです。素敵ですね。



ピーマン味噌 ここでは加工した食品も売っています。ピーマンを使ったものは珍しいですね！ごはんのお供にいかがですか？

どぶろく

ここ室山農園で作られている「どぶろく」は無農薬有機栽培による酒米を使用しています。この建物のすぐそばに「どぶろく」を作っているところがあります。
仕込み後 30 日程度で完成するそう(時期によって若干異なる)。

また、ここの料理はもともと

「**どぶろく**に合った料理を」ということで作られて
いるので是非一緒にどうぞ！

ちなみにバイキングはどぶろく付きで 2000 円！



杜のパン屋



杜のパン屋では国産小麦、木次町産の全粒粉、有精卵、木次乳業などの素材を使用しておられ、平日は 15 種類程度、土日は 25 種類程度のパンが並びます。

また、季節ごとにことなる天然酵母のカンパニュ(素朴な田舎パン)もあります。

さらに、金、土、日限定でオープンするカフェが隣接しています。

焼きたてのパンのほかに野菜中心のランチや週替わりでケーキなど甘いものも楽しめます。

この料理の特徴は、とにかく野菜たっぷりということ。野菜が**ゴ馳走**になっているということ。
素朴な味わいですが品数も多いので、飽きずにたくさん食べられます！そして**ヘルシー**！

「この料理には何の野菜が使われているのだろう？」と探しながら食べるのを楽しんだり、
「この野菜ってこんな味なんだ！」と新しい発見をすることもきっとできます。

この野菜は、採れたて新鮮な野菜ばかり、旬の食材で、野菜本来の美味しさを感じることができますよ！

また、野菜だけでなく、魚や卵を使った料理や時期によっては**イノシシ**の肉が出されることもあります。

私たちを迎えて下さるお母さん方の笑顔にも癒されます。

そんな**お腹も心も満たしてくれる**場所でした。

いかがでしたか？
食の杜、ぜひ 1 度訪れてみてください。
バイキングは完全予約制で
日登交流センターで受付ています！

最後までお付き合いください
ありがとうございました！！



日登交流センター:0854-42-0238
室山農園 所在地:島根県雲南市木次町寺領 2957-6

参考文献

<http://www.unnan-kankou.jp/contents/gourmet/415>