

Photo Essay

長野だから、 つくれた料理

長野の四季が豊かだということは、何より舌が味わって来た。旬というものがどれほど身近に感じられるかは、毎日の食卓が証明してきた。長野だからできた、長野だから生まれた、料理の数々。長野県在住の料理家、室田HAAS万央里さんによる食の風景。ほんの一部を紹介します

初夏のお弁当





きのこの塩煮と
油揚げのフォー



おやき



やまもち



ブルーベリー、玉蜀黍、
茗荷の塩ダレ冷やし中華



冬の大根と花椒の春巻き



山菜の和えご飯



花山椒の塩漬け



完熟焼トマトとぼだごし
のびやんびやん麺



里芋と黒米の炊き込みご飯
(揚げごぼうと芹をのせて食べる)

野沢の古漬け



庭の完熟梅、桑の実、
松ぼっくり、ドクダミの
酵素ジュース



落の臺のオイル漬けと
ポテトサラダ



芹の酢醤油漬け



漬物のある食卓

3年目の長野と日々の料理
季節を追いかけて、季節に追われ

自分が、山や野原から摘んできた、山菜や野草。

近所で畑をやっているおじいちゃんたちからもらう、地に落ちる直前まで熟したトマトや、もぎたての夏野菜、そして冬を迎え雪に覆われる前に収穫した冬野菜たち。

数日ごとに季節の移り変わりを感じる長野というこの場所だからこそできる日々の料理たち。

季節の「いま」の味を、ひとつも逃すまじと山椒の花を塩漬けにして、摘みたての芹を細かく刻んで、むせかえるような香りとごま油を合わせておにぎりにしたら、台所で立ったまま頬張り、とれたての茄子をフライにして、丼にしてご飯と一緒にかっこみ、真っ赤に熟したトマトは直火で焦げ目をつけて、中は生のまま手打ち麺と合わせてソースに。冬には、しんなりと少しづつ水分を失って味も濃くなった大根や白菜を漬けて、古漬けになった漬物はナッツと合わせて和え麺に。

季節を追いかけているのか、季節に追いまくられているのかわからない日々のなか、身のまわりにある野草や山菜、そして山のようになど野菜たちを料理していたら、いつの間にかフランスから移住してきて3年目です。

今年こそ季節との競争に負けない、と思いながら、あっという間に置いていかれ、雪に閉ざされて呆然としているうちに、またすべてが息を吹き返す春がめぐってきます。

常に、自然から、そして人から、食物をいただいて、それをありがたく料理し、食べる日々です。

働いて、お金を稼いで、食べたいものをお店に買いに行き、それを料理する都会の生活から、ガラリと180度変わったここでの生活に、やっと少しずつ、慣れてきたように思います。

室田HAAS万央里

パリ在住時にケータリング業を開始。2023年に一家で長野県北信地方に移住し不定期のヴィーガン料理教室や、レシピ本の執筆などを手がける。著書に『CUISINE JAPONAISE MAISON』（MARABOUT）、『パリの菜食生活』（青幻社）などがある。◎ @maorimurota