



第2回 水戸の野菜(ブロッコリー)

まちなかの近くに豊かな農地がある水戸市では、さまざまな農産物が生産されています。市では、地産地消に積極的に取り組む飲食店などを「みとうま」として認定。この連載では、農産物生産者と、みとうま登録店の方の思いなどを紹介します。

みとうま登録店など、詳細は、市ホームページを
ご覧になるか、お問合せください。

問合せ／農産振興課(☎259-2212)



(左から)坂田由美子さん、坂田武範さん



(左から)服部謹一郎さん(料理人)、高野賢さん(オーナー)、中村友美さん、佐藤幸子さん(料理人)

旬の時期に食べてほしい

坂田さんちの農園 坂田武範さん

宮崎県で有機栽培農家に住み込みで働いていた経験や、ガーナでの青年海外協力隊の活動を経て、自分も地域を支える力になりたいと考え、妻と二人で地元の水戸(鯉淵町)で農業を始めました。

無農薬、無化学肥料での栽培にこだわり、ブロッコリーのほか、1年間で50種類以上の野菜を栽培しています。無農薬栽培のため、虫がつかないように防虫ネットを使用しています。また、病気が出ないような土づくりを心がけています。

春作だと5月頃が旬のブロッコリーは、つぼみをゆでたり、蒸したりして食べるのが一般的だと思いますが、茎も栄養たっぷりです。皮をむいて薄く切り、野菜炒めなどにして食べるのもおすすめです。



育成中のブロッコリー

野菜本来の味を提供します

Bio Harvest ダイニング 統括店長 中村友美さん

当店では、身土(地域の旬の野菜を食べる、地域と一体となる)、一全(自然の素材をまるごと食べる)、陰陽(バランスよく)の考え方に基づいた、創作・健康料理を提供しています。

坂田さんからは、ブロッコリーをはじめとする旬の野菜を仕入れています。朝採りなので、鮮度がよく、色や香り、野菜本来の味などを感じられる料理に仕上がっています。健康プレートでは、旬のブロッコリーを豆腐コロッケの中に入れてたり、酒かすと一緒にゆでたりするなどして使用しています。

当店の料理人の地産地消の思いがこもった健康料理を、ぜひ食べてみてください。



健康プレート(¥1,330)

▼「坂田さんちの農園」のブロッコリー

販売時期／4月下旬～5月頃

主な販売場所／鯉淵学園農産物直売所「農の詩」、セイブストア(食彩館元吉田店・食彩館千波店・食彩館内原店)、水戸小町マルシェ(中央1)



▼Bio Harvest ダイニング(☎246-6111)

場所／城南1-8-15

営業時間／11:30～14:30、17:30～21:30 ※ラストオーダーは、各営業終了時間の30分前。ディナーは完全予約制。

定休日／日曜日

※詳細は、同店ホームページをご覧ください。



掲載している店舗情報などは通常営業時のものです。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、変更となる場合があります。