地産地消を広める

能代の味を追求し続ける

レストラン　こ登

扇田地区の国道7号線沿いにあり、店を構えてから今年3月で32年の『レストラン　こ登』。小林夫妻を含む3人でお店を営業しています。地域を愛し、地域に愛されるお店を作り上げた小林さんに、その秘訣を聞いてきました。

Q　地場産食材を使用する理由とは？

昔に比べ、今は簡単に他地域の料理を食べることが出来ます。その中で重要なのは、その地域でしか作れない・食べられない料理をつくること。希少価値を付けてPRしていかないと、地方の料理は廃れてしまいます。そのために料理の食材は、地場産にこだわっています。

Q　地場産食材の良いところは？

一番感じるのは、野菜類の柔らかくて甘いところです。やはり野菜が美味しくないと、他の食材が引き立たないんです。自分でも野菜を栽培して使っていますが、農産物直売所のみょうが館にも行って、新鮮で美味しい食材を仕入れています。

Q　オススメ料理は？

ランチメニューがオススメです。特にしょうが焼きと焼魚の2つは、多くの注文を頂いています。ぜひ来て食べてもらいたいですね。

Q　今後の意気込みを教えてください

立ち上げ時から、「美味しいものをお客さんに食べてもらう」を信念に、本を読んだりして試行錯誤を重ねてきました。これからも日々勉強を心掛け、能代の名物料理と呼ばれるように、頑張ります。

レストラン　こ登

住所　秋田県能代市扇田字山下114－1
営業　11時～14時　土曜日定休
問い合わせ　0185－58－4235

絶妙な味付けに仕上がった、食べ応えのある柔らかい豚肉2枚と、シャキシャキした新鮮な野菜は、ごはんがすすむ最高の組み合わせです‼男女問わず人気のメニューで、これを目当てに来るお客さんも多いです！

しょうが焼定食

カリッカリの焼魚に、昆布巻きやホウレンソウのごま和えなど、美味しいおかずがもりだくさん‼地場産食材を豊富に使ったメニューで、『能代』の味を存分に堪能できます。また食べに来たくなるメニューです！

焼魚定食

みんなのよい食プロジェクト

これからの日本人にとって本当に「よい食」とは何かを、日本の農家、JAグループ、そして消費者等のみなさんが一緒になって考え、行動していく。そして、やがては「国産」を選び食べることを当たり前にしていく。それが「みんなのよい食プロジェクト」です。

■『にじいろジーン』で『インフォマーシャル』放送中！

『にじいろジーン（フジテレビ系列、毎週土曜、午前8時30分～9時55分）』は、人が生きていくうえで必要な3つの柱となる「衣」「食」「住」をテーマの根底に据えて、その先に見える『幸せな生活』を視聴者に届ける番組です。タレントの山口智充さんやベッキーさん、ガレッジセールさん、佐藤唯さんなどが主な出演者です。

JAグループでは、『よい食』インフォマーシャルを昨年4月にスタートしました。このインフォマーシャル（Infomercial）という言葉は、情報を意味するインフォメーション（information）と、広告宣伝を意味するコマーシャル（commercial）を合わせた造語で、ひとつの物事や商品に対して、丁寧に紹介することが特徴です。

『よい食』インフォマーシャルは、旬の食材を使った簡単に挑戦できるメニューや、その栄養成分や機能性を紹介して、「よい食」につながる行動を提案しています。『よい食』インフォマーシャルは、『にじいろジーン』番組途中の午前9時30分～50分ごろに流れます。佐藤唯さんが農家を訪ねて農作業体験などを通して、農業と農村の魅力を伝えるコーナー「じいちゃん、ばあちゃん、唯が行ぐがらな～」の前後に挟み込むように2回に分けて、30秒ずつ情報を提供しています。

■旬の農産物を活用した「よい食」を紹介。

『よい食』インフォマーシャルの基本的な構成は、前半部分で旬の農産物（5月から6月にかけてはタマネギやソラマメ、アスパラガスなどを取り上げました）の栄養成分や機能性をPRし、後半部分では旬の農産物を使って簡単に挑戦できるメニューを紹介して、「よい食」につながる行動を提案します。メニューは、管理栄養士で料理研究家でもある今泉久美さんが監修します。

7月のテーマは「夏バテ予防によい食」です。暑い夏こそ、体調を整えるために栄養バランスを意識した食事をすることが大切だということを伝えます。9日は「ピーマンともやしの豚生姜焼き丼」、16日は「塩もみきゅうりと白ゴマの混ぜ寿司」、23日は「ゴーヤとトウモロコシの酢味噌和え」、30日は「プチトマト・ズッキーニ・玉ねぎのお味噌汁」を紹介する予定です。