

今日は、ベジ気分！

ベジタリアンと大豆は切っても切れない間柄。
少し、ベジで楽しい生活をのぞいてみませんか？

第3回日本ベジタリアン・アワードにノミネートされ、ミートフリーマンデーオールジャパン特別協賛企業である株式会社ニッコクトラスト。同社が展開する外食事業のひとつである「フィンマクールズ 霞ヶ関店」マネージャーの塩谷圭太さん、同店チーフの佐藤充浩さんを、加藤裕子をご紹介します。



今月のベジーさん

塩谷圭太さん

～フィンマクールズ霞ヶ関店マネージャー～

佐藤充浩さん

～フィンマクールズ霞ヶ関店チーフ～

●ベジタリアンとの出会い●

塩谷さん(写真⑤)

若い頃に音楽をやっていたビートルズもよくコピーしていましたが、ポール・マッカートニーがベジタリアンと知ったのは、弊社がミートフリーマンデーオールジャパンの特別協賛企業になってからです。妻が動物性素材を使わず、かつ添加物も入っていない料理をよく作っていたので、ヴィーガンメニューを食べる機会がありましたし、店でヴィーガンメニューを出し始めてからは、選べるときはベジ食を食べるようにしています。ベジ食を食べた翌日はアルコールが残らないのが有り難いですね。

佐藤さん(写真⑥)

ヴィーガンというジャンルがあることは以前から知っていました。最初は、野菜中心の食生活というイメージがありましたが、調べてみると全然違うということがわかってきました。これは偶然なのですが、私は湯葉を使った中華料理が好きで、店でヴィーガンメニューを出すということになったときも、「普段食べてるものみただな」と抵抗はなかったです。「どうすればおいしくできるか」と試行錯誤しながらメニュー開発するのは、苦勞というよりむしろ楽しい作業です。

●日本の給食会社として初のMFMサポーターに●

1941年創立の株式会社ニッコクトラストは、『食』と『健康』

の総合プランナー」として、社員食堂や学校給食、病院、高齢者施設での食事提供、外食、ケータリングなど、さまざまな事業を展開しています。

2017年3月からは、ポール・マッカートニーが提唱する「ミート・フリー・マンデー(MFM)キャンペーン」に賛同し、内閣府職員食堂において、日本政府内で初めてとなるベジメニュー提供を

始めました。工夫を凝らしたヴィーガンメニューは毎回早々に売り切れるなど大好評、その功績により、英国MFMのウェブサイトのサポーター欄に日本の給食会社で初めて掲載されたほか、第3回日本ベジタリアン・アワードにもノミネートされました。

ミートフリーマンデーオールジャパン特別協賛企業になったことを機に、2018年6月には内閣府以外の食堂でも週1ベジメニューの導入を開始し、「ミート・フリー・マンデー・オール・ジャパ」の協力の下、「車麩の油淋鶏」「高野豆腐のカツカレー」などの社内

●ごく普通の食事としてのベジメニューを●

統一ヴィーガンメニューを2〜3カ月に一度の割合で提供しています。現在は首都圏中心ですが、将来的には全国的に週1ベジメニューを展開していく考えです。

ニッコクトラストが外食事業として展開している直営店「フィンマクールズ(アイリッシュパブ)」、「蓼科庵(蕎麦店)」でもヴィーガンメニューの提供が始まっています。その一つである「フィンマクールズ霞ヶ関店」でヴィーガンメニューの開発に取り組んでいる、



ランチメニュー
ヴィーガン対応
デリプレート



⑧ランチメニュー
ヴィーガン対応
ベジカレー



⑨ランチメニュー
ヴィーガン対応
豆腐ハンバーグ



ベジタブルピザ

チキン風ナゲット(ソイミート)

ソイミートの激辛唐揚げ

ビーガンチリコンカン

「フィンマクールズ霞ヶ関店」のメニュー

「麥科庵(蕎麦店)」のメニュー



ソイむす



精進きのこ天



精進温ナス

塩谷圭太マネージャーと佐藤充浩

チーフにお話をうかがいました。

「まずはランチからということで、

ソイミートなどのベジ食材を取り寄せ、どのようなメニューが可能か考えていきました」と塩谷さん。

同店のランチはカツカレーやオムハヤシ、チキン南蛮、ピザやフイッシュアンドチップスのプレートなどボリュームのあるものが多く、その中に混じっても違和感のない一般的な洋食ということとで考案されたのが、「豆腐ハンバーグ(写真A)」「ベジカレー(写真B)」などのメニュー。現在、7品のランチメニューの内3品がヴィーガンという充実ぶりです。

「一番苦労したのは、豆腐ハンバーグです。材料は、豆腐と乾燥ソイミート、ひじきなのですが、それなりの大きさのものを作るとなると崩れやすくなるので、非動物性の食材で何をつなぎに使うかいろいろ試行錯誤し、じゃがいものでんぷんに行き着きました(佐藤さん)。調理師として20年以上の経験を持つ佐藤さんは、「ベジメニューの開発は料理人としての創作意欲がかきたてられます」と言います。

動物性食品を使わないことで生じ

がちな物足りなさやばさつきなども、さまざまな食材との組み合わせで解決できるそうです。毎日のように重ねられた試作の結果、最初は2、3個だったヴィーガンメニューのレパートリーも今では10品以上になり、パブタイムやディナータイムでも「ヴィーガンチリコンカン」などのお酒に合うヴィーガンメニューが提供されるようになりました。

オフィスビルの中にある同店は、会社員のお客様がほとんどですが、女性はもちろん、若い男性に

もヴィーガンメニューは好評です。

「乾燥ソイミートを使えば、コスト面では問題ありません」と塩谷さんが言うように、同店のヴィーガンメニューはランチで1000円前後(サラダバー、ドリンクバー付き。ライス大盛り無料)、単品でも700円台からと非常にリーズナブルです。

「もつと値段を上げてもいいのでは、と言われることもあります。が、見た目も味も価格帯も、ごく普通の食事として違和感なく召し上がっていただきたいと思っています」と佐藤さん。

**フィンマクールズ
霞ヶ関店**

ギネスビールやアイリッシュウィスキーを豊富なパブ・メニューと楽しめるアイリッシュパブ。霞ヶ関店はオフィスビルの中

にありながらアットホームな雰囲気、ボリュームたっぷりのランチメニューも好評です。

DATA

東京都千代田区内幸町 2-1-1 飯野ビル1F
TEL / 050-5589-7248 (予約・問い合わせ)
TEL / 03-6273-3997 (ケータリング問い合わせ)
営業時間/ランチ 11:30~15:00
 ランチ・カフェ 14:00~17:00
 ディナー 17:00~23:30
定休日その他/土・日曜、祝日定休、全70席
ACCESS
東京メトロ霞ヶ関駅 C3 番出口徒歩 1 分
都営三田線 内幸町駅 A7 番出口徒歩 3 分

ニッコトラスト直営店の情報については

<http://www.nikkokutrust.com/service/restaurant.html> をご覧下さい。

また、ニッコトラストのベジ取り組み紹介ページは

<https://www.nikkokutrust.com/mind/MeatFree.html> をご覧下さい。

「食が終わった後、『え、これがそうだったの?』とお客様が思っ
て下さるようなヴィーガンメニューを目指して、これからも工夫していききたいと思います」

<協会事務局>
〒 532-0003
大阪市淀川区
宮原 1-19-23-1317
☎06-6868-9860
<http://www.jpvs.org>

NPO法人日本ベジタリアン協会
加藤 裕子(顧問)
著書に『食べるアメリカ人』など。