グルメイトが行く!

地産地消応援団の「笠間グルメイト」が、地産地消協力店をレポートします。この記事に関するお問い合わせは、農政課(内線528)へ。

今月の 訪問先

そば家和味



~夫婦で力を合わせ 開業して13年~

「そば家和味」は、古民家をいかした、ゆったりと落ち着いた雰囲気のお店です。勝利さんがそば、奥様の和美さんがごはんとお料理、スイーツ作りを担当しています。

勝利さんは「自分が打ったそばを子どもに食べさせたい」との想いからそばを打ち始め、和美さんは、お子さんの乳児湿疹をきっかけにマクロビオティック(穀物菜食)料理を学び、そこから穀物や野菜を中心にした食生活へと変わっていったそうです。

そんなお二人は、子育てや仕事のことを考え、環境を 変えたいと思った時に訪れた笠間にご縁を感じて、移住



を決めました。それから開業した。 今年で13年。「本 当にいるり、「本 当にがあられる。」 と話した。 ました。

食事で、身体を整える

「そば家 和味」のおすすめメニューは、そばと小豆入り酵素玄米に小鉢がついたセットです。

そばは、主に地元・笠間市産の常陸秋そばを使用した十割そばです。契約している農家さんから、殻がついたままの「玄そば」を仕入れ、お店で殻をむき、粉に挽いているため、香り高いそばが楽しめます。つゆは、真昆布・干ししいたけ・かつおぶしを使いすっきりとさせることで、そばの味を引き立てています。

酵素玄米は、3日かけて熟成させ、もちもちの食感です。酵素の働きが消化を助けてくれるそうです。玄米は、上郷の「いこまらいすせんたあ」の自然栽培米を使い、小鉢に使われる野菜も、地元の農家さんから直接仕入れているそうです。

食材へのこだわりについてお話を伺うと、「基本的に地元の旬のものを使用しています。"食べたもので身体がつくられる"ということを意識して食材を選び、メニューを提供しています。」と話していました。



※時期によって常陸秋そば以外のそばも使用 しています。

※かつおぶし不使用(植物性原料のみ使用)の そばつゆは、前日までのご予約で対応が可 能です。

~取材を終えて~

- ・コシのあるおそばは、そばつゆともよく絡み、とても美味しかったです。笠間焼の食器も、素敵でした!
- ・お料理のひとつひとつに想いがあり、笠間でオープンするまでのお話もとても興味深く、紹介しきれないほどいろいろなお話を伺いました!

そば家 和味 代表: 高木 勝利さん・和美さん

【住所】 笠間市飯合702-1 【定休日】 木曜日 【電話】 0296-74-2744

【営業時間】午前11時30分~午後4時

※おそばに限りがございますので、事前にお電話いただければ幸いです。

※取材にご協力いただける地産地消協力店を随時募集しています。