The SUZUTIMES vol. 08

フリーペーパー ［ザ スズタイムス］Summer 2016

新潟はなす王国

Take Free

Niigata nasu culture

特集 新潟なすカルチャー

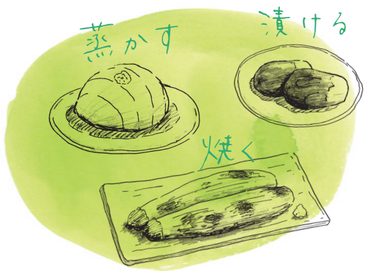
一号まるまるなすづくし！

新潟県は、なすの作付面積全国 1 位。形も硬さも味も多種多様で、たくさん作っているのに県外への出荷量が少ないのは、新潟っ子がなすが好きな証拠。一見地味だけど（失礼!）、個性的で料理の幅も広い。いろんな意味で味わい深い野菜なのです。

KEY WORD – 01 –

6 ～ 10 月まで採れる なすは新潟の夏野菜の代表格

県内で出会えるなすの種類は 20 種類以上。昔は村ごとに品種があったとか。白根の「鉛筆なす」、新発田の「久保なす」、柏崎の「緑なす」、長岡の「巾着なす」、魚沼の「魚沼巾着」、こんなに多様性があるのは農家さんが地元のなすを守り続けたおかげです。



KEY WORD – 02 –

漬ける、蒸す、焼く、炒める…… 食べ方で使い分けるべし

品種が多く皮の堅さ、実の柔らかさ、水分量も味もさまざま。焼いて食べる「焼きなす」、ふかすのに適した「長岡巾着なす（ふかしなす）」、漬けものに適した「十全なす」など。「このなすの食べ方は?」と品種に合わせて食べ方を変えるのも、なすを楽しむ醍醐味です。

KEY WORD – 03 –

味わい方、無限大！ なすの新しいアプローチ

なすは淡泊でクセがなく、味が染みやすく、加熱にも向き、油との相性もいい。「辛しなす」にする文化的な保存法もあります。この辛しなすをポテトサラダに混ぜたりなすのソースを作ったり……、SUZUグループはなすの個性を生かした食べ方をどんどん提案します。

SHO'S RECIPE 第 5 回

オーナーシェフ鈴木 将の 野菜がおいしいミニレシピ

長岡巾着なすとトマトのレモンマリネ

材料（2 人分）

- 長岡巾着なす ……1 個
- トマト ……1 個
- 紫たまねぎ ……1/4 個
- レモン ……1/4 個
- ★ 醤油 ……100cc
- ★ ハチミツ ……30g
- ★ みりん ……30cc
- ★ レモン汁 ……10cc
- ★ 水 ……50cc

1. 巾着なすは 3cm 角に切り、素揚げする。
2. トマトも 3cm に角切りにする。玉ねぎ、レモンはスライスしておく。
3. ★の調味料をすべて鍋にいれ、沸騰したら火を止める。
4. 調味料が熱いうちに、なす、カットしておいた食材を入れ、冷蔵庫で冷やして盛りつけたら完成。

farmer's story
竹内さんとなす

#06
長岡やさい耕房株式会社　代表
竹内 剛さん
Go Takeuchi
枝豆や「長岡巾着ナス」、トマトなどを栽培する野菜専門の生産者さん。

大学卒業後、飯塚農園で研修を積み、9 年前に野菜専業農家として独立した剛さん。「ちゃんと目が行き届くように作る品目を絞っています」と、夏はなすや枝豆、トマト、キュウリに注力する。剛さんの作る野菜や漬け物は、すずらん通りにある直売所や CoCoLo 長岡内「シミズ」で購入可能。アオーレ長岡で行われる「BAKUBAKU マルシェ」や NPO 法人思いのほか主催の「ゴハン塾」では野菜の先生として、その魅力を伝えている。

長岡伝統野菜の巾着なすをはじめ、紫水、黒十全、水なすなどを育てている。そのなすで作る、浅漬けや辛しなすの加工品も好評。

初夏から 10 月まで剛さんの畑で採れる枝豆は約 10 品種。8 月 21 日（日）に行われる「第 1 回世界えだまめ早食い選手権」にも注目を。

長岡花火 8/2(火)3(水) & お盆 8/11(木)-15(月)

新潟 MANSAI オードブル
¥5,980（税込）　(4~5 人前)

完全予約制、数量限定販売 !!

限定オードブル & お弁当ご予約受付中 !!

地場産の旬の食材をふんだんに使用したオードブルとお弁当をご用意しました。みんなが集まるこの時期に、ぜひ新潟の魅力満載の味を分け合い素敵な時間をお過ごし下さい。2 日 3 日は長岡地区限定で焼き鳥（10 本 1,500 円）のご予約も承っています！

HANABI 弁当（1 人前）
¥1,500（税込）

※お弁当は 8/2、3 のみの販売

ご予約方法

受け渡し可能店舗
[長岡市]　ちぃぼう - 堀金／すずきち - 古正寺／スズテリ - 千秋／スズ 365 - 下々条
[新潟市]　ファームテーブルスズ - 万代

上記受け渡し希望店舗にご予約日時と個数を店頭、またはお電話にてお伝え下さい。

ご予約しめ切り　8月2日、3日 → 8月1日(月)　8月11日-15日 → 8月10日(水)

SUZU 365
スズ　サンロクゴ

地域と人をつなぐ食のセレクトショップ、SUZU365。こだわりの生産者さんのお野菜や旬の食材を使ったお弁当やお惣菜、手作りギフト、新潟ならではの暮らしの道具など SUZU が食を中心にセレクト。365 日の暮らしの中で一日でも多く食を通じて豊かさを感じられるように。作り手の思いを届け地域と人をつなぐ SUZU365 、スタートします。

SUZU 365（スズサンロクゴ）
長岡市下々条 1-126 ☎ 0258-24-8677
定休日　月曜日
営業時間　10 時～ 20 時

1. 店内には契約農家さんから仕入れた地場の野菜が並ぶ。2. 旬の食材を使った手作りのお弁当も購入可能。

NEXT ISSUE
THE SUZUTIMES vol.9

新たにオープンした SUZU365 を大解剖！忘新年会シーズン突入！新作鍋メニュー etc…

「ピックアップ！ SUZU 365（スズ サンロクゴ）」　2016 年 11 月上旬発行予定

The SUZUTIMES vol.8　2016 Summer
発行：有限会社　寿々瀧
Direction：鈴木将　栗原里奈　Photo：桑原隆行
Text：荒木法子　栗原里奈　Design：泉田茜

お問い合わせ先
info@suzugroup.com

より詳しい情報はウェブサイトをご覧下さい。
http://www.shosuzukiinc.com

とことん野菜を味わう夏にしてみない？

なす & 夏野菜 グルメコレクション

SUZU４店舗にオリジナル新作なすグルメが登場！デザートやドリンクに変化したり、昔からある郷土料理をアレンジしたり… とにかくバリエーション豊かな味わい方が出来るなすを、今年はとことん楽しんでみて！

長岡巾着なすのなめろう

600円（税込 648 円）※17 時～ディナー限定メニュー

その日の鮮魚と夏の旬野菜、巾着なすを合わせてマリネした洋風なめろう。バケットとともに。

越の鶏と旬野菜のサムギョプサル風

1,200円（税込1,296円）※17 時～ディナー限定メニュー

5 種のスパイスと辛味噌でつけ込んだ越の鶏は柔らかさ抜群！七輪で炙り、たっぷりの野菜と味わって。

おれっちの炙家 ちぃぼう

おれっちのあぶりや　ちぃぼう

長岡市堀金 1-3-13
☎ 0258-35-7229
Lunch　11:30 ～ 15:00
(昼は土日のみ営業 LO.14:00)
Dinner　17:00 ～ 24:00
(LO.Food 23:00/Drink 23:30)
定休日無し 89 席 40 名の個室あり

長岡巾着なすと豚の角煮

950円（税込1,026 円）※17 時～ディナー限定メニュー

実が締まり荷崩れしにくい特徴の巾着なすを、国産豚肉とトロトロになるまで煮込んだ一品。食べ応え抜群！

長岡巾着なすのコンポート小さなパフェ仕立て

580円（税込 626 円）※17 時～ディナー限定メニュー

甘く煮込んだなすはまるでリンゴのコンポートのよう。自家製アイスとともにデザートになった茄子を楽しんで。

ヘルシージャージャー麺

880円（税込 950 円）※17 時～ディナー限定メニュー

肉類を使用せず大豆で作った肉味噌と、彩り豊かな 6 種の野菜でヘルシーなのにボリューム抜群な一皿。

越後の台所　すずきち

えちごのだいどころ　すずきち

長岡市古正寺 2-78
☎ 0258-28-8410
Lunch　11:30 ～ 15:00
（ LO. 14:00 ）
Dinner　17:00 ～ 24:00
(LO.Food 23:00/Drink 23:30)
火曜定休　48 席 12 名の個室あり

スモークサーモンとクリームチーズで味わう長岡産蒸かしなす

330円（税込 356 円）

サーモン、チーズ、ケッパー、オリーブオイルとなすが絶妙に調和した洋風アレンジ。

長岡の郷土料理、「蒸かしなす」を現代風にアレンジ！

生ハムとレモンで味わう長岡産蒸かしなす

330円（税込 356 円）

味付けのレモンソースには長岡のブランド塩、与板の越乃塩を使用し旨味をプラス。

メープル味噌で味わう長岡産蒸かしなす

330円（税込 356 円）

とろける食感の蒸かしなすを、長岡産の玄米味噌を使った甘じょっぱいソースで味わう一品。

新潟産枝豆のずんだカルボナーラ

950円（税込 1,026 円）※17 時～ディナー限定メニュー

長岡人が大好きな枝豆をソースに使用した米粉パスタ。枝豆のさわやかな香りと食感がグッド。

SUZUDELI

スズデリ

長岡市千秋 2-278
「リバーサイド千秋 」 1 F
☎0258-94-4960
Open 11:00～22:00（LO.21:30）
定休日　無し（施設に準ずる）
50 席　40 名から貸し切り可能

NIIGATA 野菜の白カポナータ

630円（税込 680 円）※17 時～ディナー限定メニュー

味付けは夏野菜の色鮮やかさが映えるよう白ワイン仕上げ。バケットにのせてブルスケッタスタイルで。

長岡巾着なすのココナッツフローズン

630円（税込 680 円）

自家製なすのジャムとココナツを合わせ中になすのコンポートを。レモングラス、フェンネルシードで爽快なお味。

FARM TABLE SUZU

ファーム テーブル スズ

新潟市中央区八千代 2-5-7
「BP２」２F
☎025-240-4777
Open 11:00 ～23:00 (LO.22:00)
定休日　無し（ 施設に準ずる ）
98 席　10 名 ～ 30 名の個室あり
40 名からフロア貸し切り可能