

# すすめ!たかわん

発行日 : 2014年3月15日  
発行番号 : 6  
発行者 : NPO法人みたか都市観光協会  
お問合せ : 0422-40-5525  
URL : <http://taka-1.mall.mitaka.ne.jp/>

## カムラッド三鷹店について



カムラッド三鷹店の矢山さん。

カムラッド三鷹店では「お客様に常に新しい料理、野菜を提供することを大切にしています」と矢山さん。新しい野菜の情報を得ることに常にアンテナをはっています。また、カムラッドでは20軒の契約農家さんから安心・安全で質の良い野菜を提供していただいています。農家さんとの契約は、何度も何度も農園に行き、野菜の質、農家さんの人柄に触れ、決めるそうです。何度も行くことにより信頼関係を築くことができ、その結果、農家さんから新種の野菜の情報もいただけるようです。

よく1日350グラムの野菜を摂りましょうといわれていますが実際に、その量を食べるのは大変だと思います。そんな中、カムラッドでは野菜を食べやすいようにレシピを工夫したり、野菜そのものを楽しむことのできるサラダなどを提供しています。中でも注目は「武蔵野やさいのチョイス」というサラダがあり、さまざまな種類の中から好きな野菜8種類と、カムラッド手作りドレッシングを選ぶことができます。珍しい野菜があるので気になる野菜を「武蔵野やさいのチョイス」で試すことができますよ。カムラッドでは野菜だけではなくお肉にもこだわりがあります。牛肉は松坂牛の元種でとろける味わいの伊賀牛を使用しています。豚肉はジューシーなハーブ豚。鶏肉はヘルシーな近江鶏を使用しています。



カラフルな珍しい野菜たち。これから美味しいお料理になります。



店内にはドレッシングの他、野菜を使ったアイスクリームやケーキなども。ギフト用のセットもあって、地方発送にも対応してもらえます。

ケーキも変わり種がたくさんあります。例えば、きんぴらごぼうのチーズケーキやいちごとキノコのバルサミコロールなど、野菜を使ったケーキもあります。野菜を使っているのもとてもヘルシーです。季節によって旬の野菜を使ったケーキが出ます。

また、カムラッド三鷹店では、毎週木曜日のランチにビュッフェをしています。和・洋・中のお料理やデザートなど20種類以上が食べ放題です。時間は無制限ですのでゆっくり美味しい料理を堪能できますよ。

季節によって旬の野菜料理や珍しい野菜を食べることができるカムラッドは、素敵なお店ですね。

### カムラッド三鷹店

〒181-0012 三鷹市上連雀 6-12-14  
三鷹市芸術文化センター地下1階  
電話：0422-41-9449

他にはない新しいお料理が、三鷹で味わえるなんて嬉しいですね。新鮮野菜がたっぷり使われていてヘルシーなドレッシングやスイーツは、贈り物にも喜ばれそうです。(わんこ)



## カムラッド三鷹店 三鷹産野菜を使った 旬菜ドレッシング



三鷹産野菜を使った旬菜ドレッシング  
「にんじんシーザー」  
「トマト&ジンジャー」  
「和風ほうれん草」 各580円(税込)

「三鷹産野菜を使った旬菜ドレッシング」とは？  
～カムラッド三鷹店の矢山さんに聞く～

## 三鷹産野菜を使った 旬菜ドレッシング誕生秘話

カムラッド三鷹店は、野菜ソムリエ協会認定レストランで、新鮮な野菜料理を提供しています。お店に出している料理のソースやドレッシングは、全てお店で独自に作っているそうです。その技術を生かして三鷹の野菜で作ったドレッシングを作りたいと考えたそうです。

三鷹産の野菜を使用した理由は、三鷹市の野菜は東京都の中でも特に質がよく、味、安全性の基準が高いことが決め手でした。

ドレッシングの商品開発では、野菜の風味をしっかりと出すのが大変でした。野菜の量を増やすと水分が増えてしまい、ドレッシング

試行錯誤を繰り返したそうです。

三鷹産野菜を使った旬菜ドレッシングの味は3種類あります。お客様に、多くの味を楽しんでいただきたいという思いから3種類にされたそうです。このドレッシングはサラダだけではなく、料理のソースとしても抜群です。例えば、「和風ほうれん草」は、焼き魚など魚料理に合います。「にんじんシーザー」は、からあげなどお肉料理。一番人気である「トマト&ジンジャー」は、万能で、なんにでも合うそうです。特にマリネに合わせると美味しいそうです。また、少し工夫することでバーニャカウダーも作れるそうですよ。

今後も三鷹の野菜を使ったドレッシングを開発していきたいと考えているそうです。どんな野菜のドレッシングができるのか楽しみです。

## TAKA-1に選ばれて 変わったことはなんですか？

TAKA-1に選ばれたことにより、ドレッシングやお店を知っていただく機会になり、食事される以外にドレッシングだけを買に来る人が増えました。また、インターネットから注文できるようになったのでそれも好評です。

TAKA-1(タカワン)は、市内の魅力的な商品をTAKA-1として認定することで、多くの人たちにその良さを知ってもらい、三鷹市を代表するブランドとして育てていこう！そんな思いで始めた事業です。NPO法人みたか都市観光協会、(株)まちづくり三鷹、三鷹商工会をはじめ、市内の様々な団体が協力して実施しています。

現在「おみやげ部門」として、19商品が認定されています。この情報紙「すすめ!たかわん」では、毎回1つずつ、認定品の魅力や、作っている方々の熱い思いを、みなさんにお伝えしてまいります。