



素材の質を生かして
清瀬野菜の美味しさを引き出す

清水 海翔さん

清瀬の
おみせ

5

イカバル×肉バルHaru

【業種】居酒屋

取り扱い清瀬野菜

取り入れられる野菜は積極的に清瀬産
*季節によって内容は変わります

🏠 清瀬市元町1-9-3 🕒 16:00-23:00 L.O. 22:00
☎ 042-497-9268 📅 月 定休

● 清瀬野菜を取り扱う理由

2017年のオープン時から清瀬野菜を使っています。清瀬には農家さんが沢山いて洋食の食材や珍しい食材も手に入りますし、どれも新鮮で美味しく品質がいいですから使わないのはもったいないです。通年手に入るものはグランドメニューで出して、季節の野菜はシーズンメニューを考案して、可能な限り清瀬産の野菜を使うようにしています。

● 清瀬野菜の魅力

バターナッツカボチャなど珍しい野菜もあって、手に入った野菜に合わせてメニューを考案することができます。他で仕入れたらかなり割高になるものも使いやすい価格で仕入れることができて、最近では気軽に買えるようになったルッコラも流通が少なかった頃から清瀬産はしっかりしたものを手頃な価格で入手できました。そしてどの野菜も鮮度がよくてみずみずしいです。



- ・清瀬産ルッコラと生ハムのサラダ 800円
- ・新鮮野菜のバーニャカウダ 1078円
- ・海老と清瀬産カブのアヒージョ 1045円
- ・清瀬産ナスとイカのラグーソース(パスタ) 1550円

素材の食感を生かしたメニューは味・香り・食感の良さだけではなく、盛り付けや彩りも美しく見ているだけで心が躍り、視覚でも楽しむことができます



● こだわりポイント

清瀬野菜は鮮度だけでなく物の良さが段違いなので、ルッコラやパクチーに特化したサラダなど素材の質を生かすメニューで提供しています。そして食材そのままでも美味しいですが、この野菜を使ってどう加工したら美味しいかも常に考えていて、プリンを作ったり、スープやトマトの煮込みを作ったり、どういう風に調理したらいいか試行錯誤しています。以前、イタリア品種の加熱用トマトを生産している農家さんから加熱すると美味しくなるということを教えてもらって実際にやってみたらすごく美味しく驚いたことがあったので、農家さんに教えてもらったことは積極的に反映しています。逆に農家さんが来店してくださって「この素材がこんな料理になるんだ！」と喜んでもらえることもあります。お客様には使用している野菜をSNSや店内の黒板等で告知していますが、清瀬産に対する反応はとても良くいつも喜んでもらえます。

● 今後の展開

全てに清瀬野菜を使ったコース料理を提供したいです。全部が野菜メニューだと物足りなさがあるので、5品作るとしたら、サラダと前菜に加えてパスタやお肉も野菜でソースを作って付け合わせで使ってみるとか、全ての料理に地元野菜が入った清瀬野菜のフルコースを出して、当店にはソムリエがいるのでコースに合わせたワインを提案してペアリングのような形でも提供したいです。あと、色々取り組まれている農家さんとお店と一緒にイベントを企画して清瀬野菜だけでそんなことができるんだということを多くの人に発信できれば面白いと思っています。清瀬の方々はみなさん仲が良く距離感が近く、知り合いの知り合いはみんな知り合いというくらい繋がりががあるのでそうした特性を活かして地域を盛り上げていきたいです。