



懐石・日本料理 **喜一**

南大阪初！ミシュラン一つ星獲得 ふんだんに地元食材を取り入れた懐石料理

格子戸の玄関をくぐり店内に入ると、得も言われぬ、艶出しのいい風味が立ちこめます。

河内長野駅前大通りに店を構える懐石・日本料理の「喜一」。南大阪で初めてのミシュラン一つ星の料理店とあって、地元の常連客に加えファンは一気に近畿一円まで広がりました。

京都の一流料理店で10年間腕を磨いて独立した店主、

北野喜一さんの創る料理は、京料理を基本に独自の研究を重ねた懐石料理。料理で大切なのは、

「素材8分、腕2分。とにかく素材を大事にしています。決め手は出汁。鰹と昆布、そして水ですね」と北野さん。

その出汁は、高知産の鰹節と節節をブレンドし、昆布は利尻産の真昆布。「おそろく濁煙の伏流水でしょう」という水は、店の敷地に昔から湧き出す地下水とか。

食材の仕入れは、息子さんを伴って東部市場（大阪市東住吉区）に出かけ、自らの目と舌で確かめたものを調達します。また「浪速魚菜を守る会」の立ち上げメンバーでもある北野さんは、なにわの伝統野菜や地元食材を積極的に取り入れ、1〜2月には近郊の野菜を盛り込んだへ

料理の仕入れは、息子さんを伴って東部市場（大阪市東住吉区）に出かけ、自らの目と舌で確かめたものを調達します。また「浪速魚菜を守る会」の立ち上げメンバーでもある北野さんは、なにわの伝統野菜や地元食材を積極的に取り入れ、1〜2月には近郊の野菜を盛り込んだへ

料理の仕入れは、息子さんを伴って東部市場（大阪市東住吉区）に出かけ、自らの目と舌で確かめたものを調達します。また「浪速魚菜を守る会」の立ち上げメンバーでもある北野さんは、なにわの伝統野菜や地元食材を積極的に取り入れ、1〜2月には近郊の野菜を盛り込んだへ



駅前の大通りに面して構える純和風の風情ある店
「喜一」のシンボルマーク
ゆったりとくつろげる2階和室

シナー野菜懐石も提供しています。

お客様からレシピを聞かれると「うちの味は門外不出ではありませんので」と、メモまで書いて教えるという気前の良さ。味は世界の頂点に立ちながら、この敷居の低さがうれしいです。

女性客に人気のお昼の「点心弁当」は、季節の素材を使った贅沢な一品料理が15〜20種類入って2,310円。夜も懐石 7,350円〜、御膳なら3,465円〜（価格は税込）という手軽さ。この町に住んでよかった!と思わずにはいられません。

仕出し料理も各種。お花見の季節には茶会用として春慶塗の美しい器に入った「大徳寺縁高弁当」（造り・椀物付き3,675円）が登場します。

店内客席は1階に22席のテーブルと2階に和室が3室。できれば2階和室で店主自らが設えた調度品や掛軸を観賞しながら、美味しい懐石料理に舌鼓を打ちたいものです。

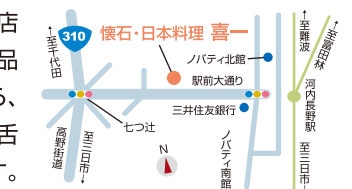
「今、私は喜一」と名乗っていますが、もともと曾祖父の名前なんです。父はその一字をもらって喜吉、私は博一です。店名を付ける際、再び父と私の名前の漢字を再び合体して喜一としたんです。

- お店データ**
- 最寄駅：南海高野線 河内長野駅下車
 - 住所：河内長野市本町11-30 ●Tel：0721-56-3065
 - 営業時間：11:30〜14:00(昼の部) 17:00〜20:30(夜の部)
 - 定休日：水曜日 ●駐車場：20台（ホームページ参照）
 - その他：予約があればベター。待ち時間なしで召し上がれます。



●ランチタイムに女性に人気の「点心弁当」(2,310円) 定番のお弁当コース。小鉢とご飯、赤出し付き。小さいお弁当箱ながら季節のお通り、えび手など地元(富田林)産の旬の食材を取り入れた様々な一品が15〜20種入って、お楽しみいっぱいになる

●「大徳寺縁高弁当」(3,675円) お花見の茶席にお届けする仕出し料理。写真に造り・椀物が付く。春慶塗の美しい器ともあわせて、季節感あふれる洗練された味わいや盛り付けに心が奪われる



●「大徳寺縁高弁当」(3,675円) お花見の茶席にお届けする仕出し料理。写真に造り・椀物が付く。春慶塗の美しい器ともあわせて、季節感あふれる洗練された味わいや盛り付けに心が奪われる



特集

いきいきと素敵に暮らす人々を紹介! 20 ミシュランで☆獲得! 「喜一」の名料理人・北野喜一さん

今に満足することなく、 上をめざして磨いていきたい。



まずはミシュランの星獲得おめでとうございます。以上が反響に驚いています。予想調査はどのようにして行われたのですか?

「調査員さんは最初、お客様として一人でお見えになり、料理を召し上がって帰る段になって身分を明かされてガイドブック掲載のお話をいただいたんです。びっくりしました。忙しい日だったので料理も満足にお出しできなかつたのではという心配もよぎりましたが、日常からお客様に笑顔でお帰りをいただくことを第一としてい

ますので、その思いは伝わったのかなあと思っています。料理人をめざされたのは? 「食へることは好きでしたが、まさか料理人になるとは思っていませんでした。高校を卒業後、友人に誘われて軽い気持ちでこの道に入り、貝塚の料理店で3年間修業させていただいた後、京都の「瓢亭」で10年間ほどお世話になりました。料理に対する見方が変わってきたのは瓢亭の時代からで



調理場で、左側は長男の博稔さん。

「今、私は喜一」と名乗っていますが、もともと曾祖父の名前なんです。父はその一字をもらって喜吉、私は博一です。店名を付ける際、再び父と私の名前の漢字を再び合体して喜一としたんです。

「アイディアが閃いたら、すぐに試作するんです。それをお客様に出して、いいねえと言われた時ほどうれしいですね。アイディアは今のところ尽きないです(笑)。そのために何でも興味を持って、休みの日には美術館を回ったり、骨董品を見たり、10年程前から茶道と華道のお稽古事を続けています。歳を重ねて心の余裕が出て



料理という総合芸術の大事な要素。北野さん自らが選ばれたもの。今度のミシュラン掲載はその起爆剤になった。

「これから地域に根を生やすというか、地域に溶け込むような商売をしていきたいですね。店のある河内長野駅前商店街は、祖父が茶碗や雑器を扱う陶器店を営んでいた場所、私の原点です。ただ、私が子どもの頃は100人分なんていうご注文に比べられるのも、彼らの力があるからです」

レストランなどを星の数で格付けするグルメガイド「ミシュランガイド」。昨年10月発行の「京都・大阪・神戸・奈良2012」に星一ツの料理店として南大阪で初獲得された河内長野市にある料亭「喜一」。「あの喜一さんが、ミシュランに!」というニュースは、瞬く間に広がりました。これを記念して、今月号は喜一のオーナー料理長、北野喜一さんに特別インタビューさせていただきました。

プロフィール

◆北野 喜一 (きたの・きいち) さん
昭和31年、河内長野市生まれ。本名は博一。高校卒業後、貝塚と京都の料理店を経て平成2年「喜一」を開店。2011年10月、ミシュランガイドで一ツ星獲得。

後輩育成にも力を注がれています。 「物づくりは人づくりと言われます。人を育てないといものはできない。私が育てていっているものに後輩の育成には力を入れています。調理場には息子と娘のほか板前修行中の若者が7人おられます。若い人が育っていく過程を見るのは本当に楽しいものです。すでに巣立って独立した子もいます。私も若い人からパワーをもらっているんです。仕出し料理100人分なんていうご注文に比べられるのも、彼らの力があるからです」

花の文化園と地域の雑貨店の楽しいコラボ

人気沸騰! 「フルルマーケット」

緑に囲まれた芝生広場に、手作りの雑貨・アンティークの輸入家具・グリーンなどの個性豊かな雑貨店やかわいい移動販売車がずらり! 思わず「ここ、ほんまに河内長野?!!」と、つぶやいてしまいそうなるお洒落な蚤の市が、数年前から大阪府立花の文化園(フルルガーデン)で開催され、ファミリーや女性たちの間で話題になっています。2006年にスタートしたフルルマーケット。『日本で一番楽しい植物園』を目指す大阪府立花の文化園が「芝生広場をもっと自由に使ってもらいたい」と、移動販売等を行う雑貨店に企画を打ちかけて開催が実現しました。

40余りの出店者を取りまとめる主催者の「R+3calm.(アールプラス・スリーカーム)」は、大阪狭山市西山台にある人気の雑貨店。準備から会場設営などの運営は、このR+3calm.と花の文化園のスタッフらで構成する「フルルマーケット実行委員会」が行っています。

すでに11回も開催して入場者数、出店数とも毎回増えており、出店者は近畿一円、北陸方面からも集まっています。「ハンドメイド雑貨やアンティーク家具などは一点ものも多く、ここでしか出せない宝物も! ランチにうれしいフードショップや手作り体験のワークショップもありますので一日中 過ごしても飽きません」と、その楽しさは実行委員会代表・玉永涼子さんの折り紙付きです。

第12回「フルルマーケット」は3月11日(日) 10:00〜17:00開催。小雨決行です。この春のひとときに、ぜひ足を運んでみては!

●問い合わせ先=「大阪府立花の文化園」河内長野市高向2292-1 Tel: 0721-63-8739
※フルルマーケットの入場は無料ですが、花の文化園の入園料が必要です

第12回 ボランティア・市民活動フェスティバル

テーマ **つながろう! 人・心・地域** **入場無料**

開催日時 **2月26日(日)** (午前10時〜午後4時)

会場 **市民交流センター(キックス)**

- 市長講演 ●東日本大震災大船町復興支援コーナー ●ボランティア絵画コンクール作品展
- 展示 ●実演 ●ステージ ●フリーマーケット ●軽食コーナー

〈主催〉河内長野市市民公益活動支援センター(るーぷらざ) Tel.0721-53-8100
(協賛) 河内長野市市民公益活動支援センター(るーぷらざ) 市民公益活動推進委員会

〈後援〉河内長野市教育委員会 参加団体数/58組

このまち大好き!かわちながのの風物詩

春を告げる岩湧山茅刈りと山焼き

河内長野市の最高峰でもある岩湧山(897.7m)。山頂一帯では秋になると一面美しいススキで覆われ、観光名所としても有名です。ところで、このススキが茅葺屋根などに使われる茅だということをご存じでしょうか。特に細く柔軟性に富んだ岩湧山の茅は品質の良さと知られ、地域の民家のみならず、文化財建築物の屋根葺きにも多く使われているとか。

この美しい茅場は地元、滝畑地区に住む人々たちによって春先に茅刈りや山焼きが行われ、保全されてきたものですが、近年住民の高齢化などで人手が不足しているのが現状です。そこで市では数年前から、こうした伝統を後世に伝えるため、支援者を育成しようと滝畑地区自治会の協力を得て一般の方を対象にした「茅刈り体験」を実施しています。

3月末に行われる山焼き後の灰が肥料になり、いい茅を育てる

今年の茅刈り体験は2月12日(日)と2月26日(日)の2回(いずれも雨天順延)。募集人員は各回40名で1回だけの参加でもOKです。3月末には保全活動の一環として山焼きが行われます。

●「河内長野市立滝畑ふるさと文化財の森センター」河内長野市滝畑483-3 Tel:0721-63-0201 ※茅刈り体験は事前申し込みが必要です。

編集後記

寒い冬の定番メニューである鍋物や、温かいスープの食材として使われる冬野菜の白菜やネギなどには、体を温める効果があると言われています。一般的に、冬野菜に含まれるビタミンCやビタミンEには血行を良くし、体内のホルモン分泌を調節する働きがあるため冷え症への効果があり、ビタミンCには、血液の主要な材料となる鉄分の吸収を促進、毛細血管の機能を保持する働きがあると言われています。ですから冬野菜に限らず、ビタミンCを含む果物やビタミンEを含む穀物・豆類などを体を温める食べ物ということになります。また鍋物に欠かすことのできない白菜の食物繊維は、煮込めば柔らかくなるので消化にも良く、かさが減るので沢山食べることができます。さらにスープにもビタミンC、ミネラルが溶け出しているため、風邪の予防や肌の潤いにも効果があり、良いこと尽くめなんです。もちろん、鍋物の際には「あれ入れて」「これ入れて」「いや、こっちを先に入れて」などと言った家族との楽しい会話も弾むので、寒い冬には心も体も温めてくれ打ってつけという訳です(安)

今さら誰にも聞けないシリーズ **しきたり&マナー編**

和室での立ち「座布団の基本」の知識

振る舞いの1ツ

ひと昔前に比べると、近頃の日本の家屋から和室が減ってきています。マンションに至っては、全く和室がないというところも珍しくありません。こういった暮らしの中には、和室での礼儀もあつたりになりがちです。もちろん家族だけで過ごしているときにはそれほど気を遣う必要もありませんが、他人の家にお邪魔した時には知らないことをかいてしまうことにもなりかねません。和室の礼儀には様々な決まりがあり、それを全部覚えるのは大変ですが座布団の扱いは覚えておくのと良いですよ。

座布団の座り方

- 1 座布団の下座(ここでは左側)に正座する
- 2 体をなまらぬようにして両手を置き、ひざを座布団にのせる。
- 3 手をつかえて膝を浮かせ、おしりを座布団にのせる
- 4 じつして座布団中央に座り、ひざをそろえて両手をももの上に置く

座布団の基本マナー

- 中央からずれた位置に座らない
- 自分の方に引き寄せない
- 勝手に裏返さない
- すすめられてから座る
- 座布団を踏まない

正解の方から抽選で図書カード(2000円)を5名の方にプレゼントします。

ホンモノはどれ?

ホンモノの答え、住所、氏名、電話番号、年齢、職業、本誌の感想・要望などを明記の上、欄外の宛先「ホンモノはどれ?」係へハガキ、またはファックスでご応募ください。
※2月末日締切 消印有効。 ※当選発表は発送をもってかえさせていただきます。(No.244の正解は③でした)