

城取博幸の

東京の自然食品店の研究 「オーサワジャパン」「ムソーMUSUBI」

N0150

2022年6月

城取フードサービス研究所

「オーサワジャパン池尻大橋店」

2022-05-19 16:58:56

オーサワジャパン池尻大橋店

東京都目黒区東山3-1-6 CIビル1階

田園都市線「池尻大橋」徒歩4分



詳しくは

<https://new.ohsawa-japan.co.jp/?actmode=CompanyTheme>

レストラン「ビヨンドベジ」



メニュー

オオサワの直営ではなくテナント

スタッフ1名であるため、カレー、パスタ、パスタ、デザートにメニューを絞っている



ビーガンきのこカレーを注文



ご飯は玄米

しっかり噛むと旨味が増してくる



特製ドレッシング



デザート



米粉ケーキに豆乳ホイップクリームとオーガニックコーヒー
いいものを食べさせていただいた



店内

桜沢如一(ゆきかず)1893年10月18日~1966年4月23日 73歳

オオサワは桜沢で、海外でのニックネーム「ジョージ・オオサワ」からきている

桜沢氏は亡くなる6年前に英語で「ゼン・マクロビオテック」を出版

全米でベストセラーになっています

その後日本語にも翻訳された

ホールフーズの創業者「ジョン・マッキー(マッケイ)」もその影響を受けていた



提示版

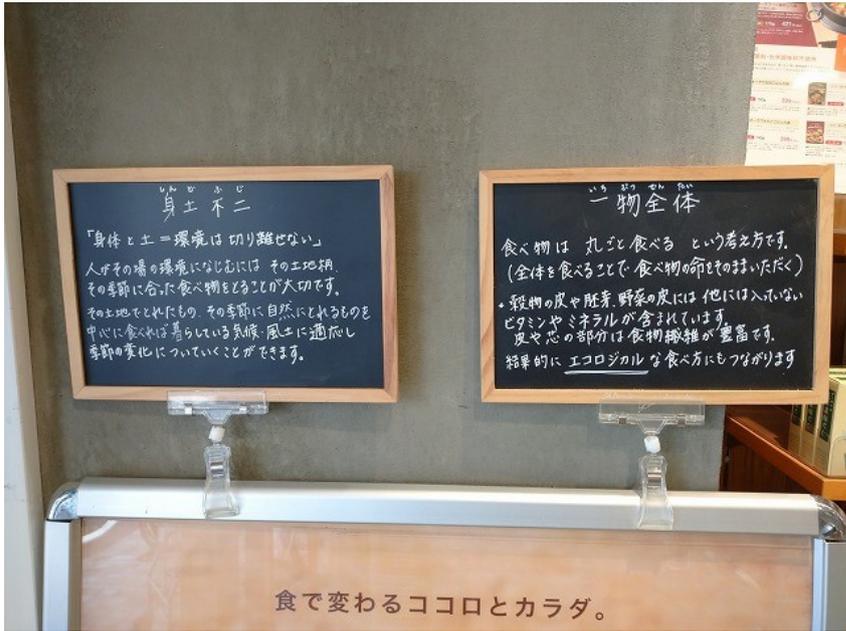


イベントカレンダー



「身土不二」と「一物全体」の説明

石塚左玄と桜沢如一の違いは、石塚は「塩、味噌、醤油」をあまり重視しなかったが、桜沢は逆であった

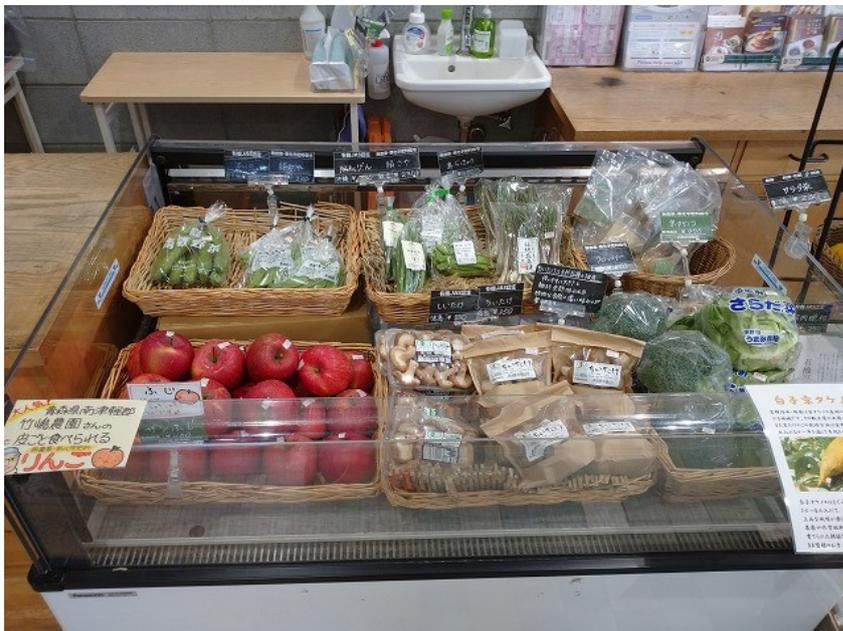


オーガニックフルーツ

サイズはバラバラ、見た目もよくない



オーガニック野菜



竹の子の説明

白子京タケノコのご案内

京都洛西・塚原は京タケノコ産地の中でその品質の高さから最上級と言われる地域です。その粘土質の土壌が日光を遮り、極上の白子を育みます。また京たけこの栽培方法は京都式軟化栽培と呼ばれ、間伐、草むら、土入れなど一年を通して手間を惜しまず手入れされた職人技の筍畑です。



白子タケノコはえぐみが少なく、生の米粒をひとつまみ入れて、水から15分ほど湯がけば上品な風味が楽しめる最高級の筍です。農薬や化学肥料を使用せず、母精込めて育てられた朝採りの新鮮なたけこのご新鮮な味をお手元へお届けいたします。

店内のドライ食品売場



味噌売場



玄米売場

マクロビの基本は「玄米」



穀類



粉類

米粉は需要が高まっている

「大豆」の次に来るのは「米」だと思っている

大豆の自給率は21%、米は100%に近い



国産松葉茶

これは飲んでみたい



おからこんにやく

指でちぎりしっかり煮れば肉の食感



まんじゅう

これも魅力的な商品だ



コープー

小麦グルテンのカツと唐揚げ 生麩の加工品だ



ここに注目！

展示会で何回も紹介した「大塚食品」開発と「スターゼン」販売のプラントベース
ウインナー、ハム、ハンバーグ

マクロビがプラントベースを容認したことになる

伝統食品+フードテック=食品の未来

だと思っている



動物由来原料不使用の野菜餃子



購入商品

ある企業で試食会を行った

コーフカツ

小麦粉を水でもむとタンパク質(グルテン)だけが残る

乾燥さえれば麩になる

水い溶けたデンプンは和菓子や中華料理に使われる「浮粉」

生麩のカツレツのような食感



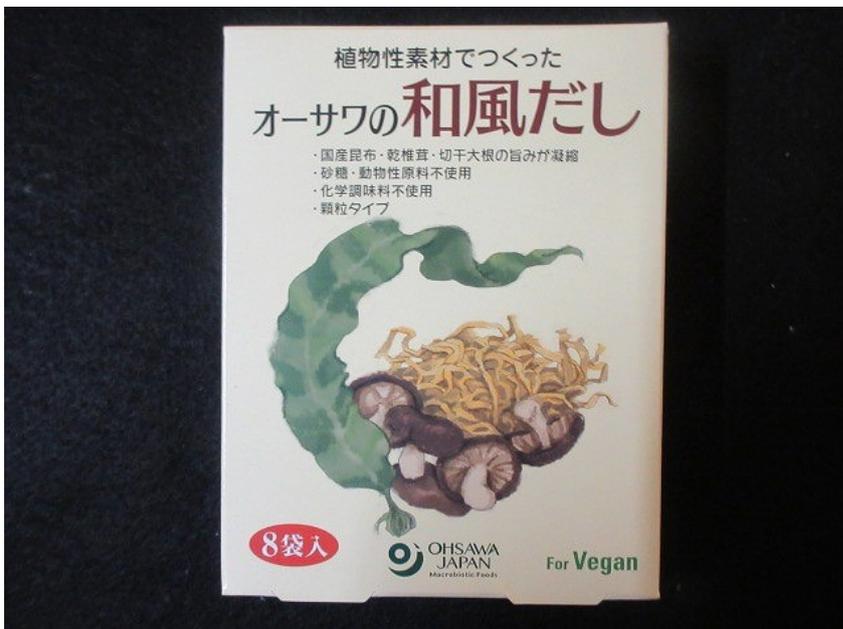
国産大豆ミート(乾燥)

大豆ミートは丸大豆使用と脱脂大豆使用がある
さらに国産大豆と輸入大豆の区別もある
大豆ミートであれば何でもいいというわけではない



オーサワの「和風だし」(顆粒)

これは前に「玄米スープ」で紹介した



玄米ラーメン(醤油味)

小麦を使ったインスタントラーメンと殆ど変わらない味



熱湯で溶かした和風だしの大豆ミートを浸す

残っただしはラーメンスープに加える



大豆ミートと玄米ラーメン

大豆ミートをラーメンと一緒に煮ると大豆臭がでるため、トッピングだけにする

これがやさしい味でうまい

これはベジタリアンメニューとして通用する



オーサワお「ベジきのこカレー」





「カレーは飲み物」などと言ってはいけない
しっかり噛みしめて食べる
肉は入っていないがきのこの旨みがよく出ている
肉の味はきのこで出している
意外とカレーに梅干しもよく合う



蔵づくり再仕込み醤油

これはスタッフのおすすめ

舐めてみると香りと味がとても良い



オーサワ 有機みそ汁



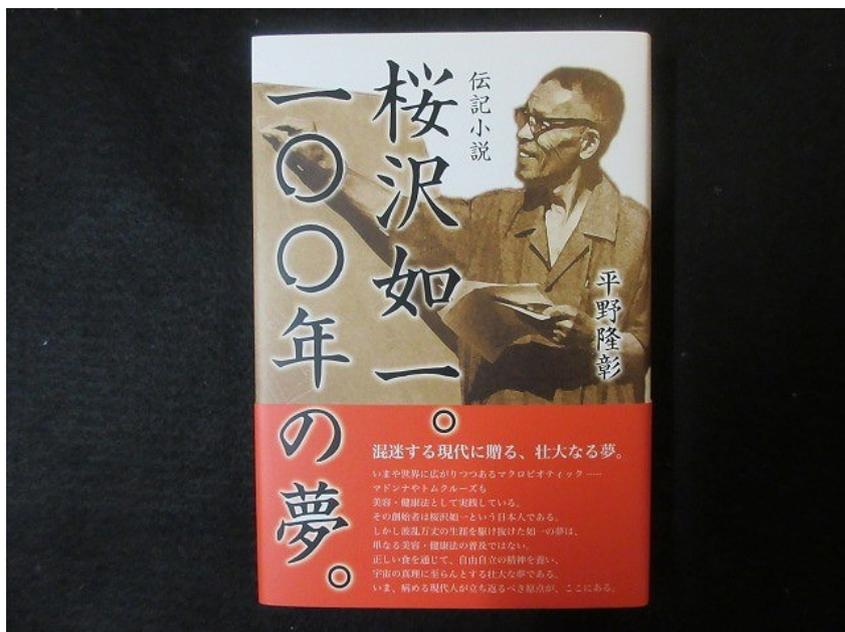
薄味で味噌の香りがいい



オーサワ 有機熟成三年番茶
緑茶と紅茶(少しだが)が混ざったような味

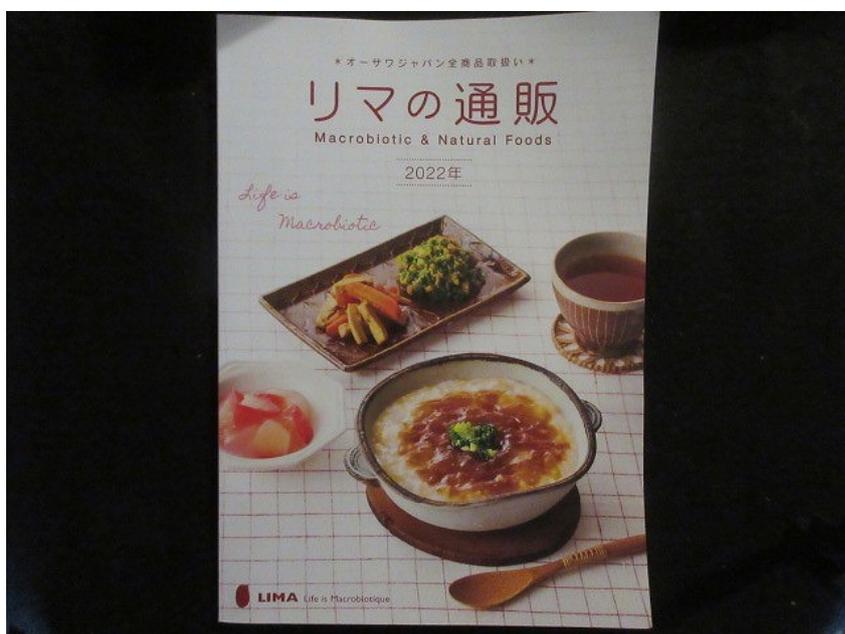


前に紹介した「桜沢如一。100年に夢」



リマの通販

リマさんはリマ料理教室を開き 100 歳まで生きられた



季刊誌



今回は、桜沢に命を救われ直弟子となった岡田周三氏が関わった「MUSUBI GARDEN桜新町店」を紹介します

「MUSUBI」は桜沢が開いたマクロビ塾「むすび」からきている
(株)ムソーの商品とオオサワの商品が品揃えされている

ムソー「MUSUBI GARDEN 桜新町店」

2022-05-21 16:59:32

MUSIBI GARDEN 桜新町店

世田谷区桜新町 1-21-15 駅から歩いてすぐ

田園都市線の沿線に健康食品、オーガニックの店が集中している



ムスビガーデン

岡田周三(1905年～1983年)

マクロビオティック普及団体「生食協会」の二代目会長



2階は定期的に料理教室を開催

詳しくは

オーガニック・自然食品のセレクトショップ | ムスビガーデン(東京・大阪)創業から約50

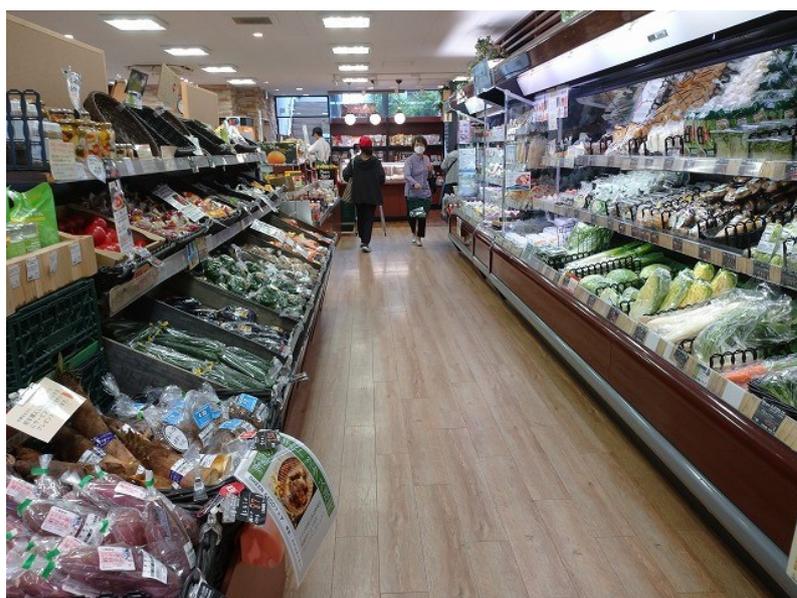
年間、無農薬や食品添加物が含まれていないオーガニック食品にこだわり、大阪と東京で「Organic &

Macrobiotic」ライフを提供し続けています。 musubi-garden.jp



この店には生鮮3品がある

オーガニック野菜、果物



オーガニックくだもの

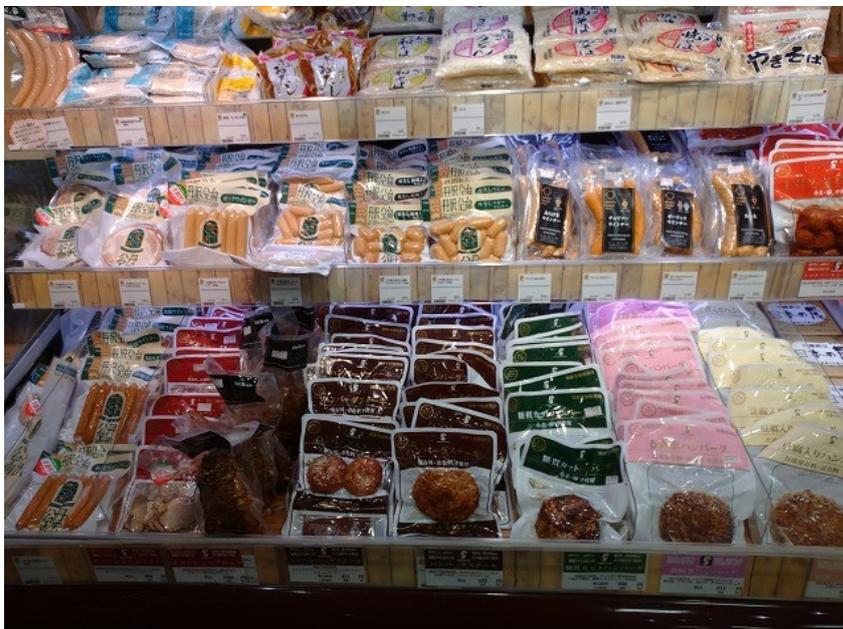


今が旬！完熟黄キンカン



チルド加工食品

添加物の少ない加工肉も



乳製品



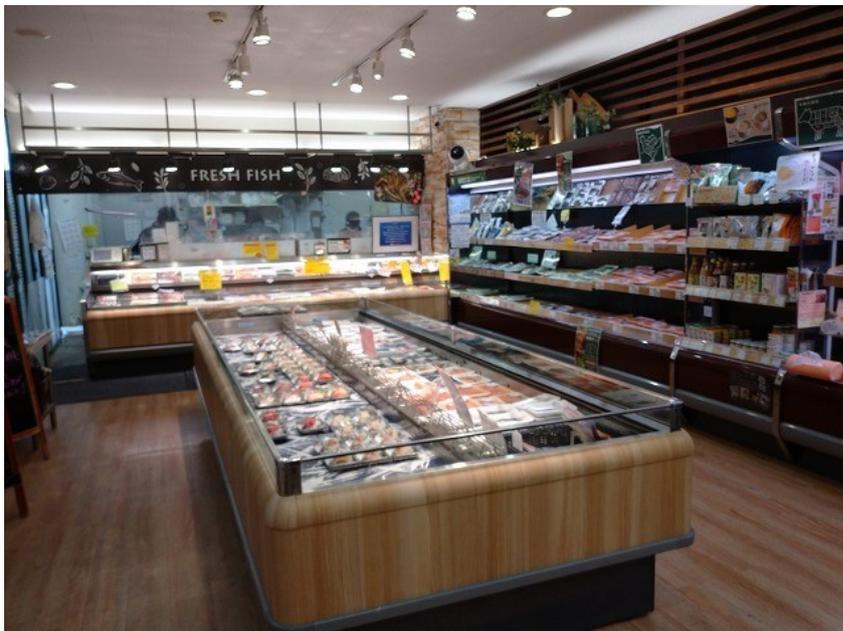
冷凍商品



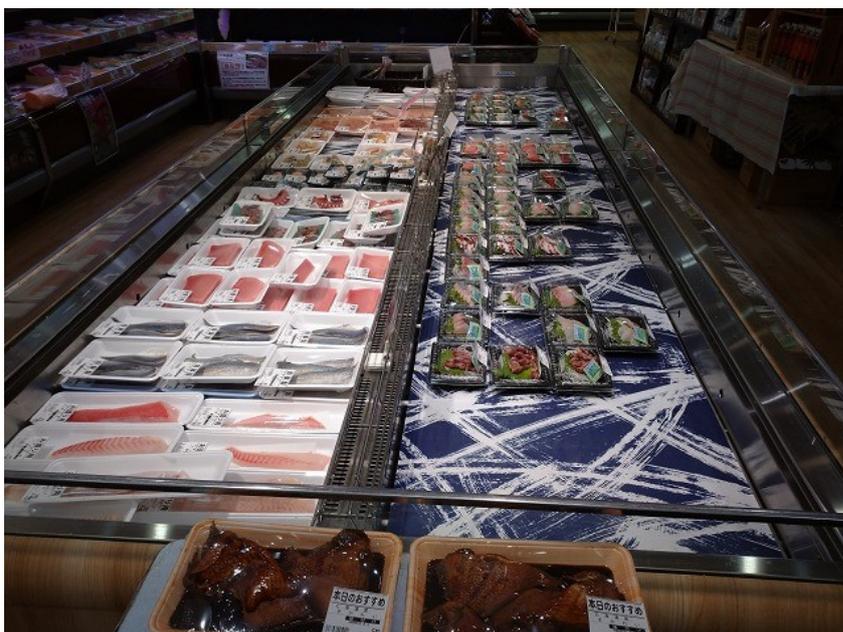
ボール状のじゃがいもコロッケ



鮮魚売場



切身と刺身



豚肉売場



鶏肉売場



たまご売場

バラ売りも行っている



たまごの説明



米売場



オーサワの有機活性発芽玄米



菓子売場



オーサワの野菜フイオン



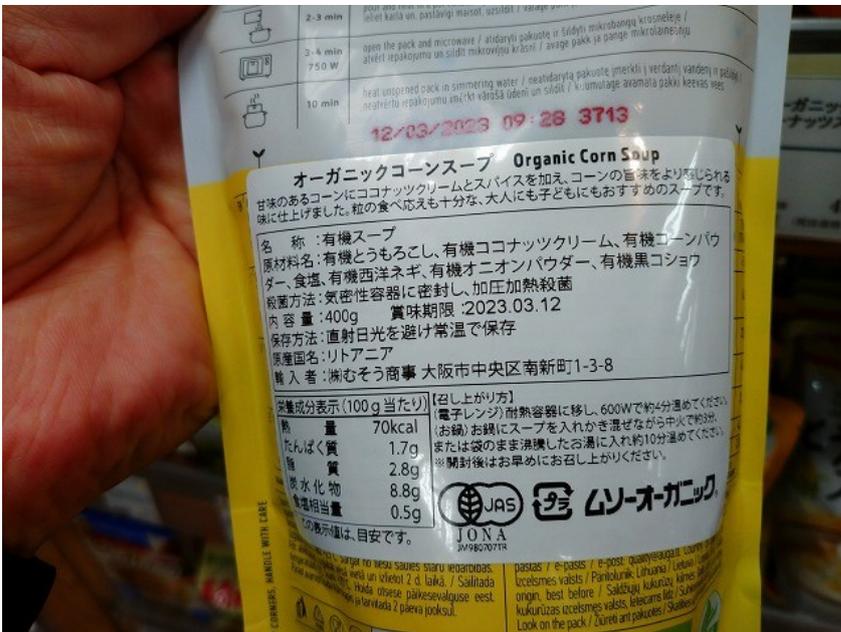
オーガニック野菜スープ



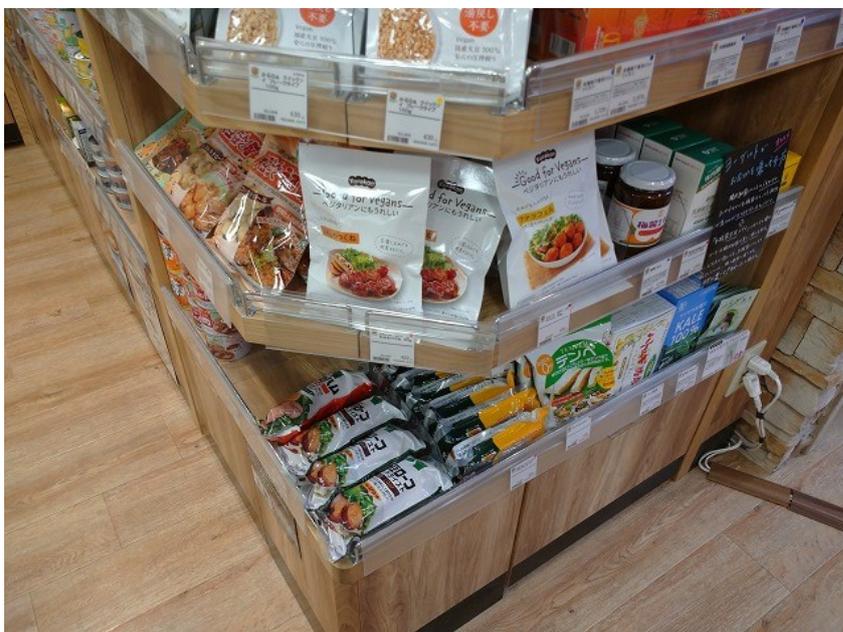
リトアニア産

リトアニアは「杉原千畝」が命のビザを発行した国

親日国でもある



下段は大豆ミートハム



ナッツの量り売り



おにぎりと焼菓子



米粉パン



グルテンフリー食パン

「必ず温めてください」と書かれている

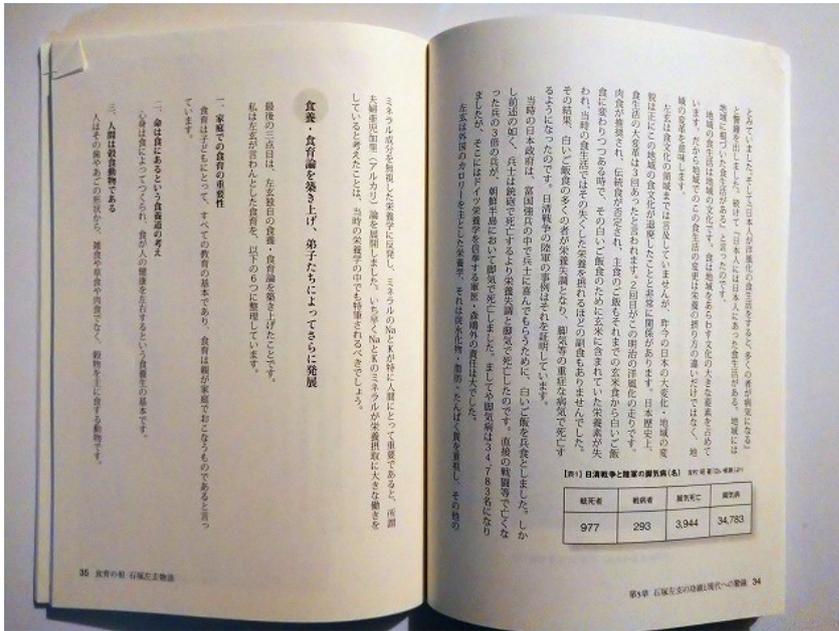


「石塚左玄物語」

石塚左玄(いしづかさげん)



森鷗外の責任



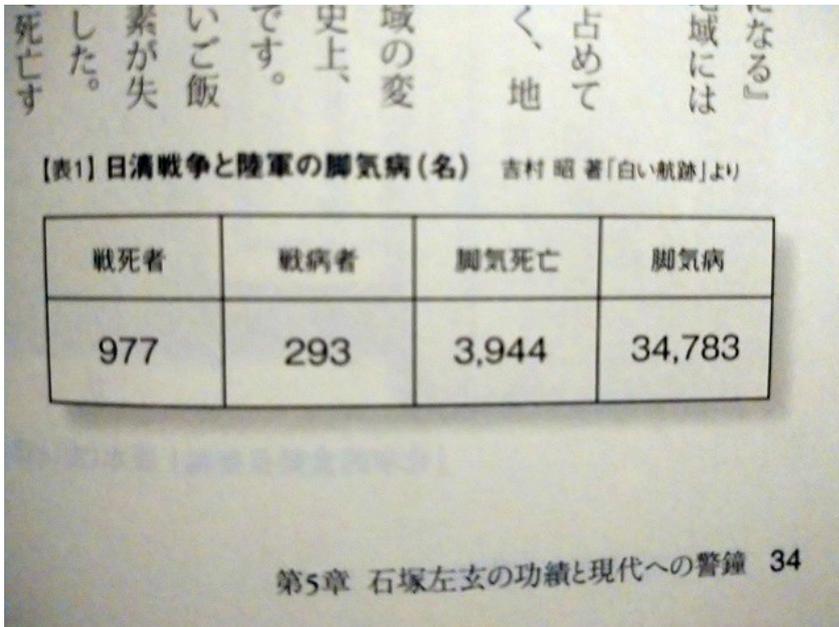
日露戦争と陸軍の脚気病

戦死者977人 脚気死亡3944人

戦死者の4倍もの兵士が脚気で亡くなっている

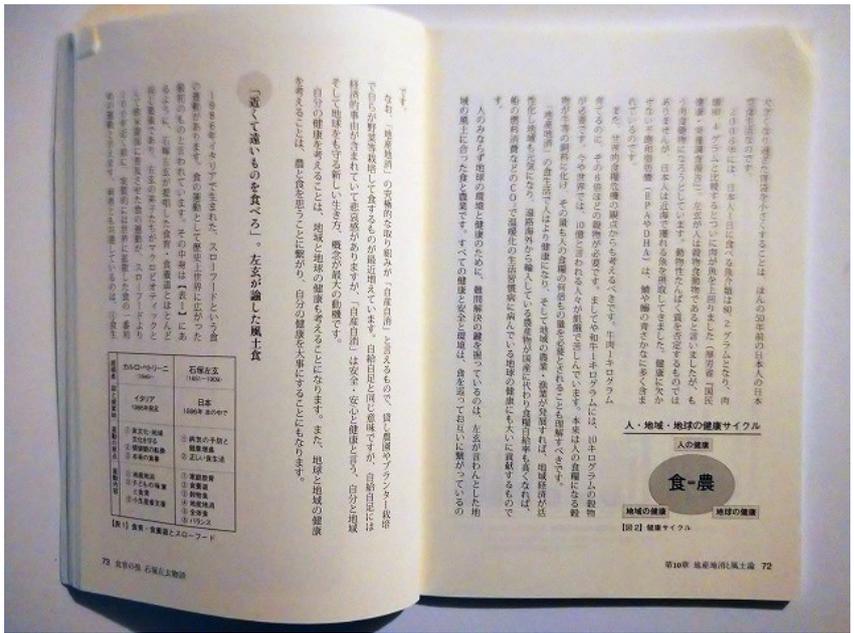
ドイツに留学したエリート森鷗外は「細菌説」を唱え死ぬまで考えを変えなかった

同じ陸軍軍医「石塚左玄」はビタミンB1不足を補うため「玄米食」を奨めた

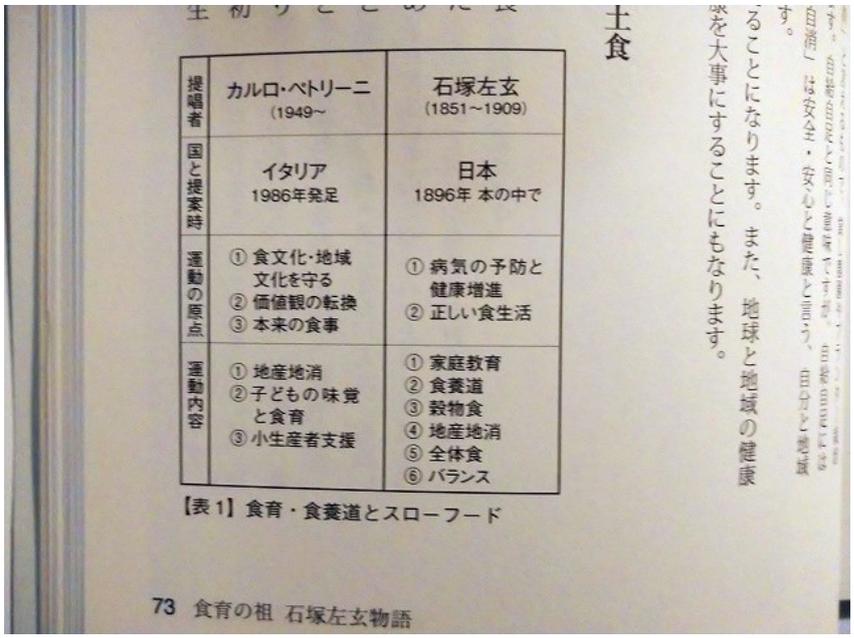


日本の「食養」とイタリアの「スローフード」

スローフード協会の歴史は古いと思っていたが



石塚左舷の唱えた「食養」は 1896 年から
 イタリア「カルロ・ペトリーニ」のスローフード協会の設立は 1986 年
 90 年もの違いがある
 見ての通り内容は近いものであった



マクロビオティックショップガイド



季刊誌



奥にさつま揚げがあるためベジタリアン弁当ではない
最近はさつま芋やじゃが芋の煮物が弁当に入るようになった



「神奈川県産 天然ぶり子煮」
希少部位が安い



小麦粉の代わりに国産米を使い焼き上げた
米粉パンの需要は高まりそうだ



「オーガニック小麦のどらやき」



大豆のハム

ケーシングの大豆ハム 常温保存可



「雪むろじゃがいも」

揚げ済みであるため電子レンジで温めるだけ

じゃがいもの味が強い



「大豆ミートで作りました」

野菜、大豆ボール



「発酵豆乳入りマーガリン」

植物性乳酸菌で発酵させ豆乳を加えたマーガリン



「無添加りんごゼリー」

北海道産天草で作られているリンゴ味の一口ゼリー



オーガニック「ビーンズチップス」

グリーンピースを油を使わず焼上げ塩だけで味付けした



つい買い過ぎてしまう



今回は、ライフの「BIO-RAL」を紹介します