



洋菓子店から 小さな 自然な

東京都多摩市
東山町
住居街に店を構えて36年がたちました。
会員の皆さんに長く親しまれてきた
ナチュラント本舗(東京都多摩市)の菓子製造を訪ねます。

無添加・厳選素材と看板を掲げる洋菓子店「ナチュラント」の皆さん。作る人と食べる人の心が通い合うように小さな店でありたいと山本道子さん(左から3人目/76歳)が開業し、今なお同じ場所から手作りのおいしさを届けています。

茶色い砂糖で 甘みおだやか

扉を開けるとそこは、3人も入れ
ばいっぱいになる小さな空間。隣客
と肩を寄せながらガラスケースをの
ぞけば、かぼちゃのプリン、いちじ
くのタルト、渋皮栗のモンブランな

ど、30種類近くもの生菓子が並んで
います。よく知る洋菓子店と違うの
は、値札にある「有機」「オーガニ
ック」「国産」の文字。そして、ケ
ーキそれぞれが、家庭のおやつにあ
るようなぬくもりを放っていること
です。さらさらと飾ったよそいきで
はない、自然体の愛らしさを感じら
れます。

「ナチュランド」は、山本道子さん
が1988年に開業した洋菓子店で
す。大地を守る会との付き合いは1
991年から。クリスマスケーキの
スポンジを山本さんに依頼したこと
にはじまりました。現在はクリスマ
ス商品だけでなく、年間通してケ
ーキや焼き菓子など多彩なスイーツを、
大地を守る会用に手掛けています。

ところで、山本さんには開業以前
から決めていたことがありました。
「ケーキ屋をやるならこの砂糖でと
決めていましたね。鹿児島県産のき
び粗糖です。たいていお菓子作りに
使われるのは上白糖やグラニュー糖
が苦手だったんです」
山本さんが選んだのは精製度が低

ハレの味を すこやかに

- 1 カスタードクリームに使う牛乳は遺伝子組み換え混入防止管理済みの飼料で育てられた牛の生乳。見えない部分にも妥協しません。
- 2 キャロットケーキ用の長野県産の地粉。ポストハーベスト農薬の心配のない国産を使う分、粉ふるいの際の検品も念入りに。
- 3 卵を一つずつボウルに割り入れます。台所で作るような、素材の素性が分かる安心感。
- 4 スポンジをカットして、上の段にカスタード、下の段にいちご生クリームをサンドします。ダブルのクリームのおいしさが醍醐味。



トルコ産の有機いちごをピューレに。クリスマス用のケーキの生クリームが、いちごの色でほんのり自然なピンク色に染まります。

い砂糖で、粒が粗く色は茶色。当時この砂糖をケーキに使うところは少なく、手本もないまま店をはじめたため、簡単ではなかったと話します。「砂糖からカラメルソースがやっとなってきたか、やっとなアチーズケーキに砂糖が使えたとそんな感じ。この砂糖はね、すぐアクが出るんです。生地も生クリームも茶色くなって、見た目のきれいさが求められるケーキには向かない。ざらざらなくなるまで混ぜなくてはなりませんし、手間がかかります。ですが、おいしいですね。甘みがおだやかなんですよ」

ふわふわにならなくて

スポンジはふわふわ、生クリームは真っ白というのが、洋菓子の一般的なイメージかもしれませんが、とりわけハレの日を飾るデコレーションケーキは、何から作られているかというよりも、仕上がりの美しさに目が向けられることが多いでしょう。

しかしナチュランドでは、砂糖選びに見られるように、原材料一つ一つを大切にしてきました。たとえば小麦粉は、ポストハーベスト農薬の影響を考慮して、国産のものを使用。卵は非遺伝子組み換え飼料で育てられた鶏の卵、なたね油も非遺伝子組

み換えの菜種で作られた石橋製油のもの、安全性を重視して吟味しています。「今では国産小麦の品種も増えて、さまざま組み合わせでふんわり仕上げられるようになりましたが、昔は小麦粉といえばうどん粉。コシが出すぎてふわつとならなかつたんです」と山本さん。開業当初、でき上がったケーキはかたく、生クリームはセピア色だったと振り返ります。「パティシエというと外国に行ったり、学校に通ったりして学ぶものですが、私はそうした修行を経験していません。菓子製造の常識を知らなかったからできたことかもしれないですね。当時のケーキに付き合ってくれた皆さんに感謝です」

基本から手で仕上げ

ナチュランドの厨房は、店の裏手に回った建物の1階にあります。「甘さがしつこくなくておいしい」「ケーキなのに軽い」。会員の皆さんからそんな声を頂戴する、お菓子が生まれる場所を見せていただきました。朝9時の朝礼が終わったあと、厨房ではすでに3人の職人の方が、生クリームを泡立てたり、クッキー生地を伸ばしたりと、真剣な面持ちで仕事に臨んでいます。きびきびと立



デコレーションケーキを仕上げる入社13年目の菓子職人、市原希美さん(32歳)。「最初のころは、スポンジがふくらまなかったり、生クリームがかたくなったり。たくさん失敗しました。材料が少ないのでごまかしがきません」

5 ケーキの飾りも手作りで、一枚一枚クッキーを星型で抜きます。

6 「大地のもったいナイ人参」をマッシュ。これを全体の2割程度使ってキャロットケーキが完成します。粉よりも人参が多いため、野菜を食べているような軽さに。

7 焼き上がったキャロットケーキを型から取り出して冷めます。開発者の倉谷貴広さん（30歳）。

8 クリームチーズフロスティングでキャロットケーキの仕上げ。



口溶けやさしく、後味さっぱりとケーキらしからぬ感想が寄せられる評判のクリスマス用ケーキ。生いちご・ラズベリーの3色のデコレーションは、乳脂肪分の高い生クリームを使用しているため、手早く仕上げないと分離してしまうパティシエ泣かせの難しさです。

ち働く手元を覗いてみると、養鶏場から仕入れた卵を、一つ一つボウルに割り入れていました。キャロットケーキの人参は、大地を守る会の生産者であるさんぶ野菜ネットワーク（千葉県山武市）や、ベジタブルワークス（北海道真狩村）から届く規格外の人参を皮ごと使っていて、洗うところから下ごしらえ開始。クリスマスに販売するケーキのいちご生クリームも、有機いちごを鍋で煮るところからはじめます。

このように、基本の材料を素材から仕込む洋菓子店は少なく、卵なら

いちご生クリームが彩るクリスマスのロングセラー
有機苺の生クリームと
カスタードクリームケーキ（クッキー付き）

※限定各1000

3512 12/9週

3530 12/16週

1コ 4,628円(税込4,998円)

サイズ/直径約12cm

※お届け時期注意
(3512) 12/9 (月)~12/15 (日)、
(3530) 12/16 (月)~12/22 (日)
に通常配送でお届けおよびご請求
します。

※5号から4号へサイズを変更します。

※解凍時間：冷蔵約6時間。

⑤ ナチュランド本舗（東京都多摩市）

⑥ 着日含め20日保証

⑦ 小麦・卵・乳



ふぞろい人参を練り込んだスパイシーなスイーツ
スパイス香るキャロットケーキ
（大地のもったいナイ人参入り）

1685 5! 凍

1コ 1,580円(税込1,706円)

サイズ/約13×6.5×高さ5cm

⑤ ナチュランド本舗（東京都多摩市）

⑥ 着日含め20日保証

⑦ くるみ・小麦・卵・乳

※アルミフリーの
ベーキングパウダーを使用。

※同時配布の『カタログ大地を守る』と
お買い物サイト147号を合わせてご覧ください。



これがダモ 小さな店で

「ナチュランド」とは、ナチュラルな世界を作りたいという思いで山本さんが付けた名前です。菓子作りの原点を伺うと、山本さんの娘さんが食物アレルギーで市販のものが食べられず、マドレーヌやチーズケーキを作りはじめたことが今につながっているといいます。ナチュランドの

「長くやってきましたが、規模は小さいままで気持ちも全く変わりません。心のこもったお菓子を届けられる範囲で、これからはおれずじやっています」と山本さん。「末永くよろしく願います」と朗らかな笑顔を見せてくれました。

秋も深まり、お菓子が恋しくなる季節。年末に向けてクリスマス用のケーキの予約もはじまっています。日常のテーブルにあたたかな光が差すような手作りのおいしさを、どうぞ楽しんでみてください。

「液卵」といって、すでに溶かされたもの、さらには、黄身と白身が別々になった液を使う方法もあります。「それだと、だれがどこでどう育てた卵なのか分からなくなってしまう。もちろん、おいしくなかったらいくら体に良くても選びません。嗜好品だからおいしくないとね。楽しくなくなってしまうから」

大事にしたいのは、安心して食べられること、と山本さん。そして、おいしい、楽しいということ。そのためには、「手間をかけるのは当たり前。野菜、果物そのものから作るから、全部手がかかるんです。だから特別なこととは思いません」と、仕事のていねいさも自然体でした。

お菓子からやさしいぬくもりを感じるのには、子どもの体を気遣いながら、台所で研究を重ねてきた愛情が伝わってくるからかもしれません。



ソーシャルレポート

8月の終わりに、夏の山形村短角牛べこツアーを開催しました。3日間の様子をレポートします。

短角牛の故郷を訪ねる旅

41回目の夏の山形村短角牛べこツアーが開催されました

食を作る現場を訪ねることはとても大切

8月23日から3日間、岩手県久慈市旧山形村の短角牛べこツアーが開催されました。このツアーは今回で41回目。短角牛の故郷を実際に訪問し、食の現場とその文化を体験しました。初日の訪問先は緑豊かなエリート牧場。5月に牛舎から放たれてから秋口まで、母牛と子牛はゆっくりと牧草を食べて過ごします。また雄牛も一頭放たれて自然交配をする場もなっています。この飼い方は「夏山冬里方式」と呼ばれ、肉牛を放牧するという全国でも珍しい自然に近い飼い方です。さらに牛舎も訪問し、生産者から飼育の苦労話を伺いました。夕刻には、生産者や役場の人たちとの交流BBQ大会が開催され、短角牛をいただきながら、大地を守る会との出会いの話を聞きました。



森を知り、暮らしを知る3日間

ツアー2日目は、ガイドさんに連れられて日本一といわれる白樺林の散策です。白樺をはじめ森の木々の名前から、熊の生態、花の咲く時期までさまざまなお話を聞きました。また、かつてあった塩の道に思いをはせ、塩や生活物資などを運んだ短角牛の歴史の話も。お昼は名物のまめぶ汁や十割そば、ヤマメの塩焼きなどをいただき、伝統的な食文化も体験しました。今年はツアーの直前に通過した台風の影響で午後のイベントが内間木洞窟の

探検と木工体験に変更となり、ゆっくりと時間を過ごしました。ひんやりした洞窟の中から暑い外に出るとメガネが結露して真っ白に。都会ではできない体験です。木工は電動糸ノコで各々がデザインした板を切り、鍋置きなどを作りました。最終日は、炭焼きで生計を立てている木藤古さんの窯を訪ねて、森の暮らしを聞きました。またコマ回しをしたり火起こし体験をしたり、自然の中で過ごす貴重な3日間となりました。

イベント

ネイチャークラフト作家・長野修平さんと楽しむ丹沢農場の豚料理とクラフト

たき火料理と竹のトング作り

2024.12.7(土) 10:00~16:00

たき火料理の達人で、自然素材を使ったクラフト作家の長野修平さん。近隣で竹林から切り出した竹で、台所で重宝するトング作りを体験します。お昼は隣町の丹沢農場の豚肉製品を使ったたき火料理。自然素材の道具は使うほどに味わいが増し、愛着のあるものになります。余計なものを加えないハム・ソーセージ作りでおなじみ、丹沢農場の豚肉料理も味わえる貴重な一日を楽しみましょう。



長野修平

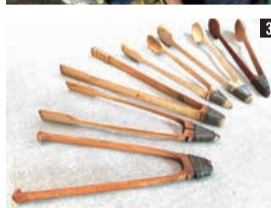
ネイチャークラフト作家、アウトドア料理人。自然素材を使った生活具の制作、山菜・たき火料理を得意とし、雑誌・ウェブでの連載やワークショップの講師などで活躍中。近著に『焚き火大事典(成美堂出版)』。

DATA

訪問先…… 長野さんのアトリエ
(神奈川県相模原市)
※「橋本駅」よりバスで約30分
講師…… クラフト作家・長野修平さん
参加費…… 4,000円(税込)
※トング作りの材料代、食事代を含みます。
申込締切…… 11月24日(日)まで
主催…… 大地を守る会、
森と木の住まいづくりフォーラム

※当日のご案内、抽選の場合の抽選結果は、開催日の1週間前までに電子メールまたはハガキにてお送りいたします。

大地を守る会
定期会員
限定



1 2 前回のトング作りワークショップのときの様子。一見難しそうなトング作りですが、講師がやさしくサポートしてくれます。完成すると愛着のあるものに。
3 長野さん自作のトング。使い込むほどに味わいが増します。
4 お昼は丹沢農場の豚肉を焚火で調理。こちらもお楽しみ(写真は2018年の様子)。

『NEWS大地を守る』はWEBでもご覧いただけます。イベントの詳細・お申込みもWEBからどうぞ。
<https://www.daichi-m.co.jp/>

お問合せ

大地を守る会サポートセンター TEL●0120-158-183
受付時間●月～金・午前9:00～午後5:00/土・午前9:00～午後1:00
お問い合わせフォーム●<https://takuhaidaichi-m.co.jp/support>
E-mail●support@takuhaidaichi-m.co.jp



イベントは左記WEBサイト内の「イベント情報」へ。

●『NEWS大地を守る』に掲載している取り組みは、主に大地を守る会の宅配サービスの年会費・利用料で運営されています。

注意事項

当社は、大地を守る会のイベント及び大地を守る会が告知する他団体のイベントにお申込みいただく際、ご記入いただく個人情報を、お申込み内容に関する確認、参加者への連絡、抽選、抽選結果連絡、お問合せに対する回答、非常時に関する対応、イベントの質向上管理のために利用させていただきます。なお当社は、イベント等を旅行者に業務委託する場合があります。この場合、個人情報を開示することがあります。業務委託にあたっては、個人情報の保護に関する契約を締結し、業務委託先が契約を遵守するよう必要かつ適切な管理及び監督を行います。上記に同意の上お申込みください。個人情報の取扱いに関するその他の条件については、当社ウェブサイトの個人情報保護方針をご確認ください。
<https://takuhaidaichi-m.co.jp/Information/8>



発行 オイシックス・ラ・大地株式会社
東京都品川区大崎1-11-2 ゲートシティ大崎イーストタワー5階
TEL 050-5306-8513

編集後記 ↓ お菓子は暮らしの必需品ではありませんが、心を豊かにしてくれます。そんなお菓子を安心して食べられるように、素材の細部にも気を配る山本さんの真摯な姿は、想像を超えるものでした。家庭の愛情のおす分けのようなお菓子をありがたいたいだきたいと思えます。(編集部・青木)