

「タ「ライスもおいしいわよ。このひき肉はなんてできてるのかしら?」実は高野豆腐を刻んで味をしみ込ませたものなんです。野菜との相性もいいでしょ。」ええ、すごくおいしいわー柚子の香りのポターシユもとろみがあつてやさしい味!」
「今日は白菜のポターシユ。シイタケと昆布でダシを取り、とろみは白菜から自然に出たものなんですよ。」

ヘルシーで ボリューム十分!

私のメイン料理はなんと長芋の「ロツケー」独特の粘り気と衣のサクサク感が楽しいし、おいしい!野菜が中心の付け合わせも、どれもおいしい味です。温かいポターシユを飲んだら、肉大好き男のワタクシですが、これ大満足ですよ!

ほのかちゃんも、玄米おにぎりや「畑のお肉の唐揚げ」をおいしそうに食べています。

そして、新鮮な野菜のサラダは、シャキシャキとして、本当に若返る感じですよ。「そつ、身体が喜ぶんですよ。そして玄米。うちの「惣兵衛米」です。これが何より身体にやさしいんです。よく噛んで食べてください。もっと満足感が得られますよ。」うん、歯触りといい、噛んでいるうちに広がる甘さといい、初めての体験かも。

「畠山さんの若々しさの秘密はこの食べ物にあるんだね。」と社長。そうそう!そのお話を聞かなくちゃ。



月のリズムプレートセット
(内容は月4回変わります)
今回は長芋のコロッケ 舞茸とニラのソース...1000円

店内には「惣兵衛米」ほか、オリジナル商品も多数。ベジミートや玄米コーヒー、玄米おにぎりのレトルトパックなども買うことができます。



「Sobe's Cafe」オーナー
畠山やゆりさんの
アンチエイジング

松田 畠山さんが「Sobe's Cafe」を始めたきっかけは?

畠山 私は稲作農家の次女だったんですが、父が亡くなったのを機に東京から家族とともにリターンして来んです。でも東京では、外資系の企業で働いていましたし、畑を耕すのは苦手で... (笑)。でも何か自分なりの農業のやり方があるんじゃないかなと思って模索していました。

松田 畠山さんは「T系」の起業家でもあるんですよね。

畠山 当時の外資系は「T化」がとて進んでいて、特にインターネットに対しては、これぞ世の中が変わるんじゃないか、と思っていました。それでリターンしてからは、そちらの方を一生懸命勉強して、うちの米を発信していくと思ったんです。

松田 なるほど、それで「惣兵衛米」をブランドにしたんですね。

畠山 惣兵衛は父の名前。うちは代々「惣」の字が付くんです。化学農薬と化学肥料を使用していない「惣兵衛米」をインターネットで売り出したら、とても評判が良かったんですが、それだけでは良さが分かりにくいので、食べてみてもらいたいと思いました。それで、このレストランを始めた訳です。

心と身体をつなぐ アンチエイジング

松田 畠山さん、48歳には全然見えません。アンチエイジング術を教えてください。

畠山 食事を変えてから気付いたことは「人は食べた物でできている」ということです。特に玄米の効用はすごいんです。疲れると、つい過食をしたり甘いものを食べてしまいがちですが、それを玄米に代えただけで、疲れがリセットされる感じが分かります。

実は初めの頃、私自身があまり身体の調子が良くなって、朝起きた時にどよんとしている感じだったんです。調子が悪いと仕事もうまくいかな



畠山さん着用メガネ
ラインアート XL1020

畠山さんのために松田社長が「5歳若返るフレーム」を選びました。「軽くてかけていないみたい」と感激の畠山さん。気に入っていただけたようです。女性らしく、そしてちょっときりっとお似合いですね!



い。そこで、うちの玄米を食べ始めたら...。

松田 良かった。

畠山 ええ、心も身体も元気になったんです。まず朝しゃっきり目覚めます。当然仕事もサクサク進みますし、決断も早くなります。そしていい結果はいい人生を作りますよね。その時に気付いたのが、食べ物と心はつながっているんだな、ということ。そして「物」と「心」で惣兵衛の「惣」の字ができていくということなんです。

松田 おおお!なるほど!

畠山 びびっと来ました。これは先祖の思いを伝える仕事になると感じました。それで会社の名前を「惣兵衛」に

したんです。さすがに跡取りになったとはいえ、私が惣兵衛を名乗るのはちょっとアレなので会社名にしたという訳です。(笑)。

玄米と旬の野菜、そして発酵食品など食べ物にいただき、適度な運動をすること。これでホルモンバランスも良くなります。それと、私は人や家との繋がりを大事にするように心がけています。食べ物や周りの人に感謝すること。通じるものがありますよね。これでココロもカラダも若々しくいられると思っています。

松田 なるほど。とてもいいお話をお聞きました。今日はありがとうございました!

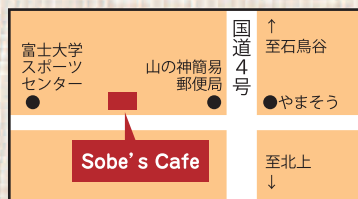
■Info

玄米菜食 マクロビオティック
カフェレストラン

Sobe's Cafe
●住所: 花巻市の神578-4
●電話: 0198-24-7107
●営業時間
火・水・木・日曜 11:30~18:00
金・土曜 11:30~21:00
●定休日: 月曜

盛岡市内にも畠山さんの
お店があります。

sobe's delicafe 盛岡店
●住所: 盛岡市大沢川原3-6-7
●電話: 019-653-8872
●営業時間
火~土曜 11:30~20:30
日曜 11:30~17:00
●定休日: 月曜



ただいま子育て 奮戦中!

大通本店・藤澤コンタクトチーフの

『親バカ 日記 その5』

我が家のヤンチャ坊主、
新幹線をこよなく愛する
5歳児悠翔(ユウト)と
7月で1歳になった
啓翔(ヒロト)の日々を
紹介します!

食べるのが
大好きなひろとくん。
冬に食べるアイスが
美味いんだよなあ。



東京駅で大好きな
新幹線と!
後ろには700系のぞみ、
その奥にはN700系の
最強コンビ!



小岩井の雪祭りに
行きました。
つづいても雪像は
ほとんど見えないです
けど...



メガ松お薦め快適老眼鏡 (中近両用レンズ)

メガネ
ちょこっと
コラム

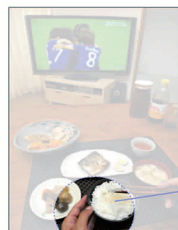
パソコン作業がグッと 快適になるレンズ。

ご家庭やオフィスなど、
室内で過ごす時間の
多い方にオススメ。
通常の老眼鏡や遠近両用レンズでは
十分に確保できない「中間距離」の
快適な視界が得られます。

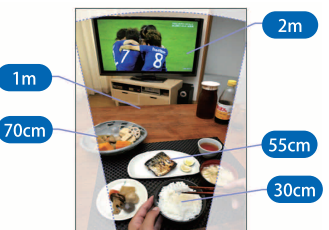


オッ!
いいね!

通常の老眼鏡の視界



中近のレンズの視界



中近両用レンズ UVカット付 2枚1組..... **15,000円~**