

# 受賞者インタビュー

「やこめバーガー」を考案し、「やまなしの食」新レシピコンテストで最優秀賞を受賞。受賞をきっかけに料理研究家への道を歩み始めた宮田明美さんにお話しを伺いました。

## 「やこめバーガー」が誕生したきっかけを教えてください！



外出時にファストフード（ハンバーガー）を食べる機会があったのですが、滅多に食べないハンバーガーを息子は喜んで食べていて、いつかそれがご褒美の様な存在になりました。でも、日頃から栄養面に配慮した食生活を大切に心がけていましたし、子供に食物アレルギーがある事もあり、食を気遣うようになっていましたので、できれば頻繁には食べさせたくない。そこで、山梨ならではの郷土食を参考に、健康的に、そしてファストフードのように手軽に食べることができれば面白いなと思い、「やこめ」と「カツ」でアレンジしました。息子に喜んでもらえるよう考えましたが、多くの人に食べてもらえたら嬉しいです。カツではさんだのもインパクトがあって面白いかなと思いました。

## 作成にあたり難しかった点がありますか？

カツの吸油率や塩分量、食べやすさ（バーガーの厚さ）、調理のしやすさ等を考えて作ることが難しかったです。試作する中で、何度も改善を重ねました。「やこめバーガー」は、サクランボや鳴沢菜、たけのこやジビエなど、いろいろな山梨県産の食材を使って、もっと多くのパターンのものでできると思うので、まだまだ研究中です。



## 郷土食に対する思いをお聞かせください！

郷土食は、その地域に根付いた産物を使い、その地域独自の調理法で作られ伝承されていて、歴史や文化あるいは食生活とともに受け継がれています。素朴で、食べると何だかあたたかい気持ちになれる郷土食。せっかく山梨県で暮らすのに、知らないのはもったいない!と思います。

食の多様化、ライフスタイルの変化により、従来の作り方だとなかなか難しい点もあると思います。それならば、現代に合った形にアレンジし、まずは知ってもらうことから始め、広めていく事も良いと思います。私自身、農家の方を訪ね、現地に足を運び、食べ物を大切にいただく感謝の気持ちや願い、先人の知恵や工夫など、少しずつですが知識を深められるよう心がけています。

これからも勉強を続け、後世に郷土食を伝えられる人になれるよう頑張りたいと思います!!



「やまなしの食」新レシピコンテスト 最優秀賞受賞者 宮田明美さん

- 家庭料理技能検定 一級
- 調理師
- 食生活改善推進員
- 女子栄養大学食生活指導士® 一級 取得

コンテスト100受賞を目指し発想力を鍛え、微力ですが`食`を通して笑顔の甲斐輪【山梨の輪・会話】に繋げていきたいです。

