

令和3年度
農政部 若手職員自主研究

「愛食レストラン紹介集」



～紹介店舗～ ※価格は令和3年時点のものです

- ・コンフォート栄養食物研究所
- ・イタリア料理 イルピーノ
- ・どさん粉 うどん家 三得
- ・どさん粉 麺や 凡
- ・ラーメン札幌一粒庵
- ・インド料理 クリシュナ札幌店

愛食レストランのご紹介

※価格は令和3年時点のものです

コンフォート栄養食物研究所

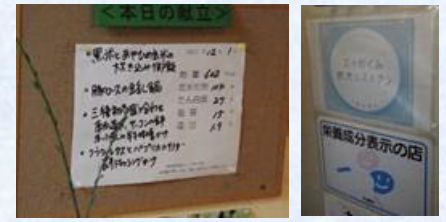
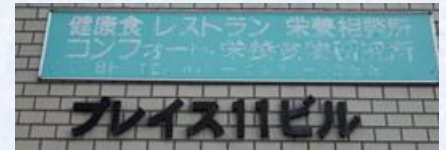
道内の農家を応援したいという思いから、道の駅や卸売市場に自ら足を運んで選び抜いた食材は、無農薬・旬なものにこだわっています。さらに、「食は医なり 食は薬なり」をモットーに、健康食レストランでありながら、栄養相談や健康食品の開発・販売も行っています。もちろん、一般の方の来店も大歓迎です。(レストランはランチのみの営業)

住所: 〒060-0061

札幌市中央区南1条西11丁目327番地13

プレイス11ビル8F

(地下鉄西11丁目駅より徒歩5分)



北川 恵子さん

(コンフォート栄養食物

研究所代表)



22年間病院で臨床管理栄養士をしたのち「コンフォート栄養食物研究所」を開設。国際薬膳食育師、発酵食品スペシャリスト等の資格を持ち、「北海道らしい食づくり伝承名人」に道産食材を使った予防栄養学を普及する名人として登録されている予防栄養学のエキスパートです。

「新しく使ってみたい食材はありません」と断言できるほど常に最新の食材にアンテナを張り、それらを使った料理にチャレンジされています。(ヤーコンを広めたのはこの方なんだとか)

食材の栄養が失われないように料理することを大切にしており、「正しい調理方法を知らない人が多い、食材を活かす正しい調理方法を伝えたい」と熱い思いを語ってくれました。

こだわりの道産食品ランチ

道産食材の使用を基本としたランチメニューは季節ごと、日ごとに内容が変わり、いつでも新鮮な驚きを得られます。食べる人の年齢や性別、疾病別や労働別によって提供量が変わりますが、食べ終わるとおなか一杯になれます。こんなにおいしくてボリュームミーで、さらに栄養満点なランチが食べられるのはコンフォート栄養食物研究所だけです！



栄養満点、ボリュームミーなランチは1食1,210円(税込)

メンバーの感想

- ・とんでもなくおいしい日本食を食べられ大満足でした。是非食べに行ってください。(上杉)
- ・飲んでも大丈夫なくらいヘルシーな自家製ドレッシングはおいしさもバッチリでおすすめです。(丹羽)
- ・道内の食材を知り尽くしている方は北川さんの他にいません！食でお困りの方はぜひコンフォート栄養食物研究所にご相談を！(照井)

作成者: 丹羽(農村計画課)、照井(技術普及課)、上杉(農村設計課)、松本(食品政策課)



イタリア料理 イルピーノ

札幌市中央区北1条西3丁目
荒巻時計台前ビルB1

【愛食レストランに登録した理由】

・もともと道産の身近な食材を積極的に使っていたことから、愛食レストランの取組が始まるときに道庁から声かけがあり、登録した。

【店名の由来】

・イタリア語で「松」



【道産食材を使用する理由】

・オーナーシェフがイタリアトスカナ地方へ留学していた際に地産地消の文化に触れたことから、「北海道にいるなら北海道の食材を使った料理を！」という思いで展開している。

【道産食材を選ぶ基準】

・道の駅で実際に手に取って生産者を追ったり、口コミ、人とのつながりで仕入れている。
・足りない食材があった時も、電話をするとすぐに届けてもらえることがある。

【道産食材の押しポイント】

・直接、生産者さんと情報交換している食材なので、お客さんにオススメしやすい。



【メニュー考案】

・生産者さんから送られてきた食材を見てからメニューを考えている。
・メニューありきではなく、食材ありき。

【人気メニューベスト3!!】

- ・ワタリガニのパスタ (看板メニュー!!)
- ・マルゲリータ
- ・ハーフ&ハーフのピザ



取材でいただいたメニュー



～りんごとピーツのサラダ～ ～王様しいたけのソテー～ ～野菜のケイクサレ～

- ・ピーツ
(当別町 高橋農産)
- ・王様しいたけ
(七飯町 福田農園)
- ・小麦：春よ恋
(江別市 町村農場)

肉厚なしいたけがジューシー！
まさにキング★

～マルゲリータ～

- ・小麦：春よ恋
(江別市 町村農場)
- ・モッツアレラチーズ
(江別市 町村農場)

たっぷりのモッツアレラチーズが
贅沢★

～エゾシカ肉の ミートソースパスタ～

- ・小麦：春よ恋
(江別市 町村農場)
- ・エゾシカ肉

ゴロゴロ入っているエゾシカ肉は、
臭みがなく、もちもちの太麺にマッ
チ！食べ応え抜群★



～豚肉のソテー～

- もうらいとん
- ・望来豚
(当別町 ノースベストファーム)
- ・じゃがいも
(厚沢部町)

肉が柔らかく、脂がおいしい。
じゃがいもが甘くて最高の組み合わせ
★

～白ワインゼリーの ベリーソースがけ～

ほのかに香る白ワインのゼリーと
甘酸っぱいベリーソースの組み合わせ
が爽やか★

～マリトッツォ～ (テイクアウト)

- ・道産小麦と乳製品

ふわふわのパンズとたっぷりクリーム。
テイクアウト専用で冷凍販売。
半解凍で食べても冷たくておいしい★

(取材後記)

「北海道にいるなら北海道の食材を使った料理を」というオーナーの思いから、現在のような情報収集が出来ない中、口コミ等で生産者を見つけていたと聞き、道産食材への熱い想いとこだわりを感じることができました。今では、生産者から色々な食材が集まり、送られてきた食材を見てからメニューを考えているとのこと。「メニューありきではなく食材ありき」と仰っていて、その言葉から、生産者とイルピーノ様、お互いの強固な信頼関係を感じました。