



旬の有機無農薬野菜のお惣菜

豊作野菜ランチ | お惣菜のひとつ皿 | 白米or有機雑穀米・お味噌汁・サラダ おかわり自由
1,550円 | ドリンクセット(+200円) | ドリンク&デザートセット(+300円)

お野菜は旬に食べるから、美味しい。旬のお野菜には、太陽や土に含まれる豊富なエネルギーや生命力に満ち溢れています。わたしたちは、この元気で美味しい野菜を「豊作野菜」と呼んでいます。おかあさんが家族の日々の暮らしの献立を工夫するように、daidokoroではお惣菜をつくっています。栄養がある野菜の皮をまるごと使ったり、形が不恰好でも、ちょっとした工夫ひとつで保存食や漬物に。からだもよろこぶ「豊作野菜」をたっぷり召し上がれ。

11:00~15:00(平日)ランチ | 11:00~17:00(土日祝)ランチ&カフェ

facebook.com/daidokoro.wacca

daidokoro.wacca

〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-8-1 Wacca 池袋5F もうひとつの daidokoro



#今日のdaidokoro

- 1日
- 2月 土井善晴のお稽古ごと
- 3火
- 4水
- 5木
- 6金
- 7土
- 8日 寒露
- 9月 体育の日
- 10火 タバアルキスト・マッキー牧元が語る「美食の街、軽井沢」
- 11水 太田哲雄の「アマゾンのカカオ村から見えてきた食の未来」
- 12木
- 13金 山本彩香の「食べることは“ぬちぐすい”(命の薬)沖縄の食を学ぶ」
- 14土
- 15日
- 16月 村岡奈弥の「料理上手になるためのヒント、五感が蘇る菜膳の知恵」
- 17火
- 18水
- 19木
- 20金
- 21土
- 22日
- 23月 霜降
- 24火
- 25水
- 26木 北沢正和の「日本の味の原点:再考」
- 27金
- 28土
- 29日 フロリレージュ・廣田晴樹の「ボタニカル×ガストロノミーの世界」
- 30月 柳谷晃子の心が元気になるdaidokoro料理
- 31火 ファームキャニング 西村千恵の「楽ちんオーガニック」



10月 神無月

おにぎり

秋の味覚である「新米」はとても柔らかく粘りと香りがとても豊か。宝物のように艶やかな新米を土鍋でしっかりと炊いておにぎりに。塩だけでふわっとにぎったシンプルなおにぎり。まさにこの時期の贅沢な味ですね。



催しものごよみ
#新daidokoro宣言

10月のdaidokoro イベントスケジュール



イベントの詳細はこちらから
<http://daidokoro.wacca.tokyo/event/>

一般社団法人 おいしいにっぽんの主催イベントに関しましては、<http://wacca.tokyo>をご覧ください。

お申し込みはこちらから <http://daidokoro.peatix.com/> 電話 03-6914-0588

料理教室

2(月) 定員/20名

OPEN 17:30 START 18:00

主催/一般社団法人 おいしいにっぽん

※当日のランチ営業(11:00~15:00)はお休み

土井善晴のお稽古ごと 「旬の一汁一菜を学ぶ、いただく」

本日の開催は休講となりました5月の振替分です。
「旬の一汁一菜を学ぶ、いただく」米期の申し込みの詳細は
おいしいにっぽんのHPをご確認ください。



ガストロノミー

10(火) 定員/40名

OPEN 18:30 START 19:00

講師/マッキー牧元(タバルキスト、コラムニスト)

料金/4,500円[税別]

※秋の信州を感じるジビエなど池田シェフの一皿

共催/軽井沢 美食リゾートプロジェクト

タバルキスト・マッキー牧元が語る 「美食の街、軽井沢」

美食リゾート軽井沢フェスティバル2017 プレイベント

夏の避暑地として知られる軽井沢は、明治時代から「洋食文化」の栄えた街でした。今も、町内にはたくさんのフレンチやイタリアンの名店がひしめいています。軽井沢をよく知るマッキー・牧元さんをゲストにお迎えし、軽井沢の美食について深く語っていただきます。当日は、無彩庵池田の池田シェフによるジビエ料理、軽井沢サラダファームの野菜料理をワンプレートで提供予定です。



MOTTAINAI ガストロノミー

11(水) 定員/40名

OPEN 18:30 START 19:00

講師/太田哲雄(NATIVO シェフ、カカオハンター)

料金/3,000円[税別]

※アマゾンカカオを使った一皿付き

太田哲雄の「アマゾンのカカオ村から 見えてきた食の未来」

19歳でイタリアに渡り、料理の修行、その後スペイン「エル・プジ」、ペルー「アストリッド・イ・ガストン」などで経験を積んだ太田さん。原種に強い興味を持ち、土着の食文化を求めて単身ペルー・アマゾンへ。今年4月、三軒茶屋にNATIVOプレオープン。フェアトレードや環境問題など、今直ぐにでも取り組むべき食の課題についてお話します。



ガストロノミー 食文化

13(金) 定員/34名

OPEN 16:30 START 17:00

講師/山本彩香(S2(琉球料理研究家)

料金/7,500円[税別]

※琉球・沖縄料理3~4品、泡盛グラス一杯付

山本彩香の「食べることは “ぬちぐすい”(命の薬)。沖縄の食を学ぶ」

沖縄で琉球料理店を営む山本さんの食の知恵は「ぬちぐすい」といわれる考え方がベース。夏はゴーヤーで体の火照りを取り疲労回復。秋は季節の変わり目に効果的な野菜を中心に、料理をつくる人の気持ちには、「ていーあんだ」(手の油)という沖縄独特の考え方がある。手をかけ、心をつくした料理で食べる人を思いやること。山本さん自ら料理のデモンストレーションを行い、沖縄の心を伝えます。



料理教室

16(月) 定員/25名

OPEN 18:30 START 19:00

講師/村岡奈弥(料理研究家・国際中醫師)

持ち物/エプロン

料金/5,000円[税別]

※3品程度のお教室の料理の実食付き

村岡奈弥の 「料理上手になるためのヒント、 五感が蘇る薬膳の知恵」

中医薬師・国際中醫師の資格を持つ村岡奈弥先生を迎え、レシピよりも五感や感性を活かした料理を薬膳の考え方をベースに楽しく教わる講座です。今回のテーマは「なぜ、食欲の秋っていろいろ?旬のキノコの扱い方や楽しみかた」です。



ガストロノミー 食文化

26(木) 定員/30名

OPEN 18:30 START 19:00

講師/北沢正和(職人館・館主)

料金/5,000円[税込]

※5品程度のコースメニュー

北沢正和の 「日本の味の原点: 再考 雑穀とゴマ」

里山料理人第一人者、北沢正和さんの通年講座の10回目を迎えます。里山のシンプルだが、豊かな旬の食材を使った料理で、全国のファンが集う職人館。里山の収穫の時期に合わせて「雑穀」と、万能食材の「ごま」をテーマにお届けします。



ガストロノミー

29(日) 定員/30名

OPEN 18:30 START 19:00

講師/廣田晴樹(フロリレージュ・サービスマン)

料金/5,000円[税別]

※ジュースペアリングとボタニカル・アレンジメント

フロリレージュ 廣田晴樹の 「ボタニカル×ガストロノミーの世界」

川手シェフが率いる「フロリレージュ」のサービスマンとして、また専属のフローリストとして活躍する廣田氏。彼が提案するボタニカル・ペアリング「FLORILEGIUM」は、ノンアルコール・ペアリングの枠を超え、国内外の食通から高い評価を得ています。フロリレージュのノンアルコール・ペアリングのデモの他、プライベートで実践出来るボタニカルアートとノンアルコール飲料のワークショップを開催します。



料理教室

30(月) 定員/20名

OPEN 18:30 START 19:00

講師/柳谷晃子(台所料理人)

料金/3,500円[税別]

※教室の料理と一汁一菜付き

柳谷晃子の 心が元気になるdaidokoro料理

食べることは生きること。台所料理人柳谷晃子が、季節のdaidokoro料理を、有機無農薬野菜をたっぷり使ってお届けする料理教室。今回は、長年皆が愛好する懐かしい「昭和の料理」をテーマに、自家製マヨネーズで作るポテトサラダ、簡単発酵なしのソーダブレッド、旬のお野菜のポタージュスープなどを習います。



MOTTAINAI 器と台所道具

31(火) 定員/30名

OPEN 18:30 START 19:00

講師/西村千恵

(ファームキャンピング代表)

料金/3,500円[税別]

※薬草園オーガニック瓶詰め野菜付き

ファームキャンピング 西村千恵の「薬草園オーガニック」 もったいない野菜で作る、おかずの瓶詰め作り

生産量の三分之一が破棄されている現実を放っておけない! 股割れ人参、間引き菜、芽の出た玉ねぎ、市場には出ない規格外野菜たちを美しく変身させる瓶詰め料理人・西村千恵によるワークショップ。今回は無農薬無施肥で栽培する農家「里山ぐるぐるスマイル農園(埼玉県ときがわ町)」のお話を聞きながら、旬の野菜を料理し、週末は薬草園になるひと瓶を作ってお持ち帰りいただきます。

