

Garden for a Table

《特集》食卓を彩る庭



あなたにとって、庭とはどんな存在ですか？

家を建てたら、

子供が遊べる庭にしたいとか、癒しの庭にしたいなど、

何からかの夢をお持ちのことと思います。

あるいはすでに庭があり、

ガーデニングなどを楽しめている方もいらっしゃるでしょう。

庭を楽しむことができるのは、マイホームの醍醐味の一つです。

季節ごとに庭に咲く花を部屋に飾ったり、菜園を作って収穫を楽しんだり、
お庭を眺めるだけでなく、部屋の中でも活用できたらさらに楽しみが広がります。

また、もっと手軽に楽しむアイデアもあります。

それは「葉っぱ」です。

普段の食卓で、おかずをお皿に盛り付けた時、何か物足りなく感じたことはありませんか？

そんな時に庭の葉っぱが役立ちます。

お弁当やおせちをお重に詰める際にも葉っぱは大活躍。

そこで今回の特集は、毎日の食卓を彩る植物についてご紹介します。

撮影 = 竹山 哲 Satoshi Tateyama, Norikazu (P.3-4)

文 = 中西 理恵 Rie Nakanishi



焼き魚を盛り付ける

秋の味覚といえばやっぱり秋刀魚。その他鮭など、お魚の美味しい季節です。

いつもの焼き魚を、彩りよく盛り付けて季節感をプラスし、さらに美味しそうに見せましょう。



切り身の魚

あしらいものを工夫するだけで、焼き魚の盛り付けにバリエーションをだすことができます。鮭の切り身には柿の葉を敷き、可愛い花を付けていたジュズサンゴを飾りました。さわらの味噌漬けにはツワブキの葉を。フキに似た丸い形の濃い緑色が、料理を引き立てます。

お皿をグリーンで飾ろう

料理の盛り付けには「あしらい」が大切です。

「あしらい」とは、器に盛り付けた料理を彩り、一層引き立てる目的で添えるものです。

「かいしき」には「かいしき（搔敷、皆敷）」と「天盛り」があります。

「かいしき」は、料理の下や横に敷くもので、植物の葉など自然のものを使う場合を「青搔敷」といいます。

ちなみにかいしきは食べられません。天ぷらや和菓子の下に敷く懷紙や和紙は「紙搔敷」と呼びます。

料理の上に乗せるあしらいを「天盛り」と呼びます。

天盛りには食べられる食材が多く、香味野菜の根や茎、若葉、若芽など、

単なる飾りではなく香りを添えて食欲を増す効果や、味のバランスを取るために添えられます。

吸い物の上に乗せる柚子もあしらいの一つです。

あしらいに使える植物がご自宅のお庭に植えてあれば、わざわざ購入しなくとも、手軽にお料理を彩ることができます。

お庭の草木を使って食卓に小さな季節感を表現してみませんか？

かいしきの使い方

①採取した葉は食器用洗剤などで1枚ずつよく洗う。 ②キッチンペーパーの上に形を整えて広げ、水気を切る。

※紫陽花など毒性があるものは使えません。

あしらいに使える庭木の例



木の芽(山椒)

春の若芽が、木の芽として和食には欠かせません。たけのごご飯やおすましに1枚添えるだけでぐっと香りが良くなります。



紫蘇

何かと料理に便利なシソの葉。実はシソは若芽や穂、花、実と成長段階すべて食べられるとても便利な食材です。



モミジ

新緑の青々とした清々しさ、秋の色付いた葉っぱ。いつも季節を私たちに伝えてくれる、美しい存在です。



葉蘭

殺菌作用や防腐効果があるとされ、刺身やお寿司などによく使われます。プラスチックの仕切りを「パラン」と呼ぶのは、葉蘭に由来するともいわれています。葉蘭のほか笹も使われます。



南天

南天という名前が難を軽にするに通じ、邪氣を払う力があるとされるため、鬼門対策として植える風習もある縁起木です。赤い実がお正月飾りに使われるほか、枝葉に防腐効果があるため、年間を通してあしらいに使えます。



椿

源氏物語にも二枚の椿の葉で俵型の餅を挟んだ椿餅、が登場するそうで、春をつげる木として昔から日本人に愛されてきた植物です。美しい花も楽しめるほか、葉っぱはちょっとしたお皿代わりに重宝します。

※植物の性質に合わせた場所に植える必要があります。育て方や手入れの仕方も異なりますので、庭に植えたい際は、ご相談ください。

お弁当を盛り込む

運動会や行楽など、お弁当を作る機会の多い秋。
いつものおかずでも、盛り込み方次第で
蓋を開けた時にインパクトのあるお弁当に変身します。
お弁当の仕切りや彩りにも、
お庭の季節の葉っぱを使ってみましょう。
いろいろなおかずをギュッと詰め込んだ
詰め込みスタイルのお弁当は、味が混ざると
美味しいものを隣同士にしないことがコツです。
ここでは丸く握ったサツマイモごはんを中心に、
煮物と唐揚げを対角線上に配置しています。



お菓子を盛り付ける

急な来客にも、
慌てず素敵なおもてなしを。
お皿にそっとお庭の葉っぱを
添えるだけで、
心のこもった歓迎の気持ちを
伝えることができるでしょう。
季節を感じさせる盛り付けで、
大切な人とワンランク上の
ティータイムをお過ごしください。



香の物の 盛り付けに

漬物にも、椿の葉などを敷くと
上品に盛り付けることができます。



教えてくれた人／芝 香織さん

フードコーディネーター、NPO法人霧島食育研究会会員。鹿児島市電水族館口電停前に、故郷の徳之島や鹿児島の郷土料理が味わえる「キッチン おんまとべ」を昨年オープン。週替わりのランチプレートのほか、油そーめんランチ、8のつく日には鶏飯ランチがいただけます。一人でも気軽に入れる雰囲気も◎。ランチは17時まで注文できるので、お昼を過ぎてしまったときも安心です。

住／鹿児島市小川町17-11 中村ビル1階 営／11:30～17:00(不定休) 問／099-298-9738

刺身を盛り付ける

市販のお刺身の盛り合わせも、
ちょっとした工夫で
美しく豪華な一皿が完成します。
盛り付けのコツは、
奥から手前に盛り付けること。
お皿に小ぶりの笹葉を敷き、
左上から盛り始めます。
彩りを考えながら配置し、
奥と手前は少しずらして盛り付けます。
人参や大根のつま、
大葉と一緒に盛り付けて、
奥行き感を出しましょう。



天ぷらを盛り付ける

天ぷらは、
天ぷら同士を寄せて立てかけることを
意識すると、立体感が出て
美しく盛り付けることができます。
まず、大きい食材を土台になるよう
奥に盛り、彩りに配慮しながら
配置していきましょう。
衣によって全体的な色合いが
同じになりがちなので、
かいしきの緑が役立ちます。
ここでは柿の葉を使いました。



ヤマサハウスが手がけた、お客様の庭・エクステリアの実例をご紹介します。



Case 1 薩摩川内市Y様邸

設計士さんにお任せでプランを作成してもらいましたが、目隠しのための木や季節を楽しむための木などは、打ち合わせを重ねて樹種や配置を決めました。菜園を設け、子供たちと一緒に季節の野菜を育てて収穫することを楽しんでいます。朝晩の水やりの際、花が咲いたり実がなったりしていることに気づき、成長を感じるのが嬉しいです。一番のお気に入りの植物はリビングから見えるモミジ。リビングの窓を開けた時の開放感や、室内の木のぬくもり、芝生の緑それぞれが相まって、より雰囲気の良いリビングになったと思います。先日は金木犀を木市で購入しました。まだ背丈は小さいですが、大事に育てて大きくしていきたいです。また、これからもっと木を植えて、リビングから眺める四季を部屋に取り込んでいきたいです。庭木を1本だけでも自分たちで植えると、より愛着が湧いて成長の過程を楽しめるのでオススメですよ。



Case 2 鹿児島市N様邸

庭で育てている紫陽花、モミジ、アオダモ、ハナミズキ、ローズマリーといった植物の、庭を可愛く彩る花を付けたり、葉の色が季節ごとに変化する様子がとても心地良いです。花や枝を切って、室内にも飾って楽しんでいます。庭があることで、季節をより感じることができます。普段意識しないと気づかないような鳥や蝶、とんぼなどが庭に遊びに来てくれるのも嬉しいです。今ある植物に愛着を持って大事に育て、少しづつより好きな形、好きな庭にしていこうと思っています。

ヤマサハウスでは、庭の目的を「眺める」「迎える」「過ごす」から5タイプのテイストに分類し、

住まう人のライフスタイルに合わせた庭づくりをご提案しています。

あなたの描く理想の庭はどんなイメージですか？どのように庭と関わっていきたいですか？



Taste 1

陽だまりの庭

庭はもう一つのリビング！アクティビティに家族や友人たちと、庭のある暮らしを楽しみたいあなたに、自然と庭に出たくなる明るい花やカラーリーフの華やかな庭づくりをご提案します。

Taste 2

食を楽しむ庭

収穫する楽しさと、食の楽しみを育む庭づくりをご提案します。ジャムを作ったり、漬物を使ったり…ライフスタイルの楽しみ方が広がります。自ら育てたものを食べる事は、お子様にとって良い食育の機会にもなるでしょう。



Taste 3

紅葉を楽しむ庭

四季の変化を伝える植物を庭の中に取り入れて、春は新緑の美しさと木漏れ日を感じ、夏は木陰で暑さをしのぎ、そして秋は紅葉を堪能します。お庭で過ごす時間やお手入れの時間がなかなか取れない方にもおすすめです。

Taste 4

野の花を楽しむ庭

自然樹形の雜木と、季節ごとに姿を変える草花たちは、ずっと前からそこにあったように四季折々の表情を見せてくれます。庭で花を楽しんだ後は、小瓶にさしてインテリアに。どこか懐かしい日本の風景を庭に取り入れて穏やかで心が落ち着く居場所をつくります。



Taste 5

和みの庭

小さくても日本らしい樹木をあしらって、独特の世界観を演出する庭は安らぎを与え、心を和めます。何ともいえない落ち着きとくつろぎの雰囲気が醸し出され、時を経るごとに深く刻まれる陰影が、さらに記憶に残る空間となります。