



美山地鶏のだし巻き

京北のお隣の美山は、茅葺の里として知られています。京都大学の演習林もあります。そこでの平飼い卵はアニマルウェルフェアの象徴。



京北の恵みを揚げたん（左から）雪化粧かぼちゃ、柿、モロッコいんげん、京北産納豆の湯葉包み

京北産ブロッコリーのアーリオオーリオ

京北は寒暖の差を利用して美味しい農作物が作られています。レストランけいほくでは、極力、地元の旬の食材を活用し、世界の調理方法で提供。美味しいだけでなく、実は省エネ！なお、関西では珍しい納豆発祥の地として、納豆の食べ方もあれこれ。お土産に納豆餅はいかが？



鯖の塩焼き

京北は何と言っても西の鯖街道に位置し、多くを学べる地域です。なお、マサバは、海洋資源の保全につながる魚（ブルーシーフード）にも認定されています。



しめじとこんにゃくの白和え

大豆は、高タンパク質で健康の源！宗教や性別等にもかかわらず、全世界の人がともに食卓を囲む際のアイテム。特に白和えは、食べ応えがあるのにヘルシーな一品。



京北の鹿肉のそぼろあん on 京北のかぶらを炊いたん

里山では昨今、熊・イノシシ・鹿・サルなどが出てきて悪さをする事による被害が相次ぎ、どこも頭を悩ませています。美味しい解決方法として、ジビエに注目！



京北産の新米with 自家製おかか（だし引いた後のくずカツオ節使用）



水色の器に入った高菜漬けだけでお昼ご飯になりそう！ですが、昨今「米食」離れが進んでいます。お米を育て食べることの重要性は様々にあります。例えば水田は、自然と共生する文化を育み守ってきてくれました。「毎日ひと口多くご飯（米）を食べると日本の自給率が1%向上する」そうです。今日も残さず召し上がってください！また、ご飯のお供にも注目！普通なら捨ててしまうかもしれないカツオ節が美味しく大変身。食品ロス問題は、SDGsでも大きく取り上げられているテーマです。



料理人 田尻大介 (レストランけいほく)

産学公×地元資源フル活用宣言！

