新潟清酒達人「HATAGO井仙」小野塚敏之さんが案内

採って、作って、食べる。越後湯沢温泉 山菜ツアー

ストーリーとともに
雪国の食をお伝えします

HATAGO井仙で開催している「雪国ガストロノミーツアー」。5月から6月にはお客さまに山菜採りを体験してもらい、その山菜を使った料理を提供する。新潟清酒銅の達人の小野塚敏之さんに、山菜ツアーの魅力を紹介してもらった。

山菜体験を通して、雪国の豊かさを実感

越後湯沢駅西口の目の前に立つHATAGO井仙では、数年前から雪国・魚沼地域の食文化や知恵を、体験を通して伝える「雪国ガストロノミーツアー」を実施している。山菜の季節は、周囲の里山で山菜の収獲体験を楽しみ、採った山菜を料理長によるライブキッチンで調理。地酒とともに味わうプランが人気だ。お客さまを案内するのは山菜採り名人であり、清酒達人でもある小野塚敏之さん。「この地域ではゴールデンウイーク明けから1カ月くらいが山菜のシーズンです。初心者でも安心な宿の近くの里山でも、さまざまな山菜が収獲できます」

午後1時頃宿を出発し、約1時間半、里山を歩いて山菜を採り、3時半頃に宿に到着。越後湯沢温泉のいい湯で疲れをとったら、5時半からライブキッチンが始まる。

ウルイは魚沼わさびと醤油、コゴミはごま和えなど、小野塚さんと料理長の桑名宣晃さんが収獲した山菜を見て、料理を決める。ごま和えや酢味噌和え一つをとっても、家庭とは違う、プロならではのひと工夫が加えられる。ライブキッチンではその技を、直接料理長から教えてもらえるのも大きな魅力だ。山菜の天ぷらが大好きな方には、天ぷらのフルコースを提供するなど、それぞれのお客さまの好みも大切にする。

出来上がった料理は、地元南魚沼の青木酒造とコラボで仕込んだオリジナルの地酒とともにいただく。この地域の自然が育んだ豊かな食材と雪国の知恵が、山菜料理とお酒のマリアージュという形になり、旅人に至福のひとときを運んでくれる。

小野塚さんの指導のもと山菜採りに挑戦。採ったばかりの山菜を手に、小野塚さんがわかりやすく説明してくれる。自分で収獲した山菜がどんな料理になるのか、期待がふくらむ。「雪国ガストロノミー」の宿泊プラン18,000円～、体験プラン（温泉、夕食付）は12,000円～

HATAGO井仙
ゼネラルマネージャー
小野塚 敏之さん
新潟清酒「銅の達人」

宿の広報全般を担当するとともに、出身地である湯沢町の里山体験で培った山菜やきのこ採りの知識を生かし、「雪国ガストロノミーツアー」のコンシェルジュを務める。

1.本日の雪国ガストロノミーコース。アミューズに、フキノトウ味噌チーズやコゴミの胡麻和え、ノビルの酢味噌などを提供　2.コゴミの胡麻和え。それぞれの山菜の独特な味わいを生かす料理に　3.ウルイはわさび醤油で。魚沼市（旧小出）の「魚沼わさび」を使用　4.ノビルの酢味噌和え。酢味噌の隠し味には洋辛子を使う

料理には超軟水の温泉水を使っています

料理長の
桑名 宣晃さん

プロの包丁裁きを目の前で見られるのもうれしい。小野塚さんが山菜について、桑名料理長が料理の説明をし、調理中も気軽に質問に答えてくれる

越後湯沢温泉のお宿　おすすめの山菜料理

※各宿の「にいがた地酒の宿」プランはP12

● 湯沢グランドホテル
「コゴミ、ワラビなどの天ぷら」
「自家製フキノトウ味噌」
TEL.025-784-2351
交／関越道湯沢ICから車で約8分
yuzawagrandhotel.jp

● ホテル双葉
「フキノトウの天ぷら」
TEL.025-784-3357
交／関越道湯沢ICから車で約10分
hotel-futaba.com

● 越後のお宿 いなもと
「木の芽（アケビの芽）のおひたし」
「コシアブラの天ぷら」
TEL.025-784-2251
交／関越道湯沢ICから車で約9分
www.oyadoinamoto.jp

● 雪国の宿 高半
「ワラビの信田巻き」
TEL.025-784-3333
交／関越道湯沢ICから車で約12分
www.takahan.co.jp

コゴミ

ウルイ

ゼンマイ

コシアブラ

フキノトウ

上／南魚沼市塩沢の「鶴齢」蔵元とコラボで醸した宿でしか飲めない無濾過生原酒の「宿酒仙七」。苦味や酸味などアクを楽しむ山菜料理との相性は抜群　中・下／1階の売店「んまや」ではキャラブキなどの山菜加工品も販売。魚沼地域の地酒や、地ワインも豊富に並ぶ

HAGAGO井仙
思い思いのスタイルで自由気ままに「過ごす」「食べる」「買う」ができる宿。廊下も畳敷きで、素足で過ごす心地よさも魅力。24時間源泉かけ流しの大浴場と貸切露天風呂がある。
南魚沼郡湯沢町湯沢2455　TEL／025-784-3361　交／関越道湯沢ICから車で約8分
hatago-isen.jp　※「にいがた地酒の宿」プランはP12