

ティーンズのための
読書案内

Fox Letter for Teens

お い し い 一 冊



ちょっと…コラム～
こちら編集部

おいしさのルーツを探る！

私たちが普段何気なく口にしている「食べ物」。食べることは空腹を満たすだけでなく、安心感や元気な力がわいてくる気がしませんか。私たちを幸せにしてくれる「食べ物」ですが、元をたどれば誰かがどこかで作ってくれているものばかりです。

そんな食べ物を生み出す「農業」の魅力を熱く語るのは、現役の国家公務員でありながら、YouTuberでもある白石さん。「農業は私たちの命を扱う産業。日本の農業のすごさを知ってもらいたい。」と発信を続けています。

農業は天気によって左右されたり、体力仕事で大変というイメージがありますが、農家さんたちの実際の姿を知るとやりがいや楽しさ、いろいろな可能性を秘めた仕事なんだなど気付かされます。

まずは、「おいしさ」の原点である「食材」のひみつを探ってみませんか。もっと「食べること」が楽しくなるはずです！



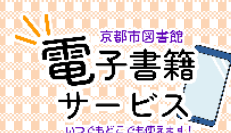
『タガヤセ!日本』

白石 優生 / 著
河出書房新社

発行：京都市伏見中央図書館 Fox Letter 編集部

〒612-8051 伏見区今町 659-1 ☎075-622-6700

(公財)京都市生涯学習振興財団



『妖怪アパートの幽雅な日常 1』

香月 日輪／著 講談社

ごはんが最高！不思議なアパート

高校生になる稲葉タ士は、春から親戚の家を出て念願の寮生活を始める…はずだった。寮が火事で全焼、復旧に半年。仮の住まいとして、不思議な不動産屋から紹介されたのは、妖怪アパート!?



食がメインの物語ではありませんが、シリーズを通して登場する料理の描写がなんとも食欲をそそります。



物語にでてくる魅力的な食べ物の数々…。
さあ、召し上がれ！



再現レシピもあるよ！



『児童文学キッチン』
小林 深雪／文
福田 里香／料理
講談社

あこがれのお菓子を…

物語にはたくさんの食べものが登場します。この本では、「クマのプーさん」や「赤毛のアン」、「エルマーのぼうけん」など、23の物語と、物語に登場するお菓子のレシピを紹介しています。物語の登場人物たちが食べていたお菓子を自分でつくってみてはいかがでしょう。

『バルサの食卓』

上橋 菜穂子／著, チーム北海道／著 新潮社

「守り人」ファンの夢がかなうかも？

「守り人シリーズ」を読んだことはありますか？主人公バルサの傷をいやしたタンダの山菜鍋、長旅に欠かせないあま〜い携帯食ジョコムなど、物語にはしばしば魅力的な食べ物が登場します。もし同じものを食べることができたら…。

この本では、物語中の料理のレシピを紹介しています。お話の中の架空のメニューは、どのように再現されているでしょうか？



『みかん、好き？』

魚住 直子／著 講談社

みかんがつなく成長物語



父の故郷の島に引っ越してきた高校生の拓海。大の虫嫌いで、島の生活になじめないでいた。そんな時、祖父のみかん畑で長谷川ひなたと



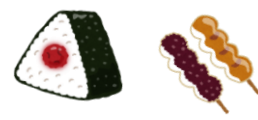
いう少女に出会う。

ひなたは祖父の作るみかんが好きすぎて、この島にやってきたというのだが…。

もぎたてのみかんのようにフレッシュな友情を描いたお話。



あなたはどっち？



パン

ごはん

パンが好き！な気持ちでつながる

『うさぎパン』
瀧羽 麻子／著
メディアファクトリー



パンが好きな優子は、3歳のときに母を亡くし継母と暮らしていた。家庭教師としてやってきた美和ちゃんと意気投合したり、同級生でパン屋の息子の富田さんとパン屋巡りを始めたり、優子の世界は少しずつ広がっていく。ある日、死んだはずの実の母が思わぬ形で現れて…!! パン談義がかわいい、心が温かくなるお話。

ふんわり握ったこだわりのおむすび

『むすびや』
穂高明／著 双葉社



実家が営むおむすび屋に小さい頃からコンプレックスを抱いていた結。しかし店を手伝うにつれて徐々に気持ちが変わっていく。お米や具材だけでなく、お味噌汁や漬物にも手を抜かないこだわりに、おむすびが食べたくなること間違いなし！ むすびやに訪れる人々や仕入れ先など、地元の商店街との交流が温かい連作短編集。

チョコレート

和菓子

チョコレートをとりもどせ！

『チョコレート・アンダーグラウンド』
アレックス・シアラー／著 金原 瑞人／訳 求龍堂



健全健康党によって発令された、チョコレート禁止令。チョコレートや甘いお菓子を断つことを強要され、常に監視の目が光る。そんなおかしい！二人の少年がチョコレートと自由の為に立ちあがる。

禁止されればされるほど、ますます食べたくなってくる！思わずチョコレートを買いに行きたくなる一冊。

青春もあんこもぎっしり！

『風味[さんじゅうまる]』
まはら 三桃／著 講談社



中学二年生の伊藤風味の家は大正時代から続く和菓子店「一斗餡」。ある日、地元の菓子店が新作を競い合うスイーツコンテストの話が舞い込み、一斗餡も出場することに。部活の仲間とぎくしゃくして

いた風味は家業を手伝うことにしますが…。甘い香りが心のわだかまりも次第に溶かしていきます。

スイーツ職人

和食料理人

ぼくらの未来は、ほろ苦くて甘い。

『ショコラティエ』
藤野 恵美／著 光文社



聖太郎と光博の出会いは小4の時。お菓子作りがきっかけで親友になりましたが、わずかなすれ違いがやがて大きな壁になっていきます。迷いながらもパティシエという夢に向かっていく聖太郎、目の前の目標すらつかめずもがく光博。でも、二人が少年から大人へと歩む道は、いつもとびきりのスイーツたちに導かれているようです。

料理対決！板長の座は誰が…

『下鴨料亭味くらべ帖』
柏井 壽／著 PHP 研究所



京都の老舗料亭「糺ノ森山荘」を継いだ女将のもとに、亡き父の紹介状を携えた一人の料理人が現れる。腕は確かなようであるが記憶を喪失しており、謎めいたまま料亭で働くことに。混乱する板場を治めるためのユニークな対決方法とは？京料理の繊細さ、美しさを再認識させられる一冊です。

『おもしろい！料理の科学』

平松 サリー／著 講談社

科学が苦手な人にもおすすめ

普段何気なく食べている料理にも、さまざまな科学の知識が隠れています。

この本は、ドレッシングはなぜ分離するのか、かたいお肉がやわらかくなる理由など、料理に関する科学について紹介しています。

「色が変わるカラフル焼きそば」など、レシピをもとにぜひチャレンジしてみてください。



科学×食

本×食×人

『古本食堂』

原田 ひ香／著
角川春樹事務所



古書の魅力は本だけではなく…

“匂いと記憶”が脳内で結びついているように、“本と食”がタッグを組み、思い出という形に姿を変え潜在意識の中に、ひっそりと忍び込んでいるという表現は決して大仰ではないと考えます。

東京神田神保町の小さな古書店で繰り広げられる、“本と食と人”との温かい結びつきが、六話紹介されています。読後にはきっと食指が動きますよ。

▶▶▶ Next 本 ▶▶▶

これまで紹介した本よりも読み応えのある本を2冊ご紹介します。まだ物足りないあなた、こちらどうぞ！

『タルト・タタンの夢』

近藤 史恵／著
東京創元社



料理を通して謎解き？！

あっという間に満席になる商店街の小さなフレンチ・レストラン、ビストロ・パ・マル。無口な変人シェフ三舟の料理は、本当のフランス料理が好きな客の心と舌をつかむものばかり。そんな彼が客たちの巻き込まれた不可解な事件や出来事の謎を解くミステリー小説！次々と出てくる絶品料理には食欲をそそられてしまいます…

『おべんとうと日本人』

加藤 文俊／著
草思社



おべんとう作りは編集作業だ！

おべんとうづくりがはじまる理由は様々。「おべんとうのある生活」が食の安全、栄養、美味しさ、コストだけでなく、時間の使い方にも影響を与え、さらにはおべんとうは、人との関係性にも変化を与えうる。本書はあえて、じっくりとおべんとうに向き合い、「日本人」としてのアイデンティティについて再認識できる作品です。