



非日常と料理のマリアージュ フレンチの探究者

エール・カッシー
仏蘭西料理 a(c)
オーナーシェフ

石橋 誠さん(47歳)

仏蘭西料理 a(c)は、令和4年3月にオープンした正統派フレンチレストラン。「ちょっといい格好」で、非日常的な空間を楽しんでもらいたいという、オーナーシェフの思いが店名の由来です。地元産の旬で新鮮な肉や野菜などをふんだんに使った、上質なコース料理を楽しめるお店です。

——どんな仕事をしていますか

食材を仕入れて仕込みを行い、午前11時30分からランチ、午後5時30分からディナーで料理を提供しています。生産者や食材に敬意を払い、仕入れた食材は余すことなく使い切るように心がけています。店頭の看板にも描かれているカヌレは、フランスの伝統的なレシピで再現した文字どおり看板スイーツです。ぜひ、一度食べてみてください。

仏蘭西料理 a(c)

所在地／旭市西足洗3042
電話番号／85-5521

——開店のきっかけは

成田市にあるホテルに就職し、フランス料理部門に配属されました。料理経験がなく、上司の技術や味を研究しているうちに、料理の楽しさと奥の深さに引き込まれました。友人が旭市内で飲食店を経営していて、それが刺激となって独立を決意しました。

——仕事のやりがいは

市内では、なじみの薄いフランス料理に、地元でも珍しい食材を使用することで、お客さんとのコミュニケーションが弾んだときには、手応えを感じます。

——今後の抱負は

新たな取り組みで、11月から平日ランチで洋食の提供を始めました。人と人とのつながりを大切に、いつか老舗と呼ばれるよう、地域に根付いた愛されるお店を目指します。



食材を丁寧にさばく



店内に広がる豊潤な香り



VOL.166 ブロッコリーと卵のチーズ焼き

1人分の栄養価 エネルギー292kcal、食塩相当量1.2g



材料(4人分)

ブロッコリー… 1株(300g)
スライスベーコン… 60g
卵… 8個
とろけるチーズ… 50g
ミニトマト… 12個
こしょう… 少々

ブロッコリーには、ビタミンAやビタミンCが豊富に含まれています。ビタミンAは目の健康を保ち、ビタミンCは皮膚や細胞のコラーゲンの合成に欠かせません。11～3月頃が旬で、この時期に出荷されるものは栄養価が高く味も良いです。

作り方

- ①ブロッコリーは小房に分けて洗い、耐熱皿にのせて、ふんわりとラップをかけ、600wのレンジで3分加熱する。
- ②ベーコンは食べやすい大きさに切る。
- ③フライパンにベーコンとブロッコリーを並べ中火にかけ、すき間を空けて卵を1個ずつ割り入れる。
- ④③にこしょうを振りかけ、ミニトマトを3～4等分に切り、彩りよく並べる。
- ⑤卵の白身が固まってきたら弱火にし、チーズをパラパラとのせ、ふたをする。チーズが溶けてきたら完成。

11月は「ちばの食育月間」です。健康な生活を送るためにも、食事バランスや薄味の習慣を心がけましょう。

岡旭市保健推進員協議会(☎63-8711・健康づくり課母子保健班内)

データシート

火災	交通事故	人のうごき	【11月1日現在】	前月比
【10月】 令和5年の累計	【10月】 令和5年の累計	【10月の移動】	人 □ 62,836人	(▲47人)
建物火災 1件 (17件)	事故件数 151件 (1,404件)	転入 164人 出生 43人	男 31,102人	(▲27人)
その他の火災 0件 (10件)	死亡者数 1人 (2人)	転出 168人 死亡 86人	女 31,734人	(▲20人)
			世帯数 27,207世帯	(9世帯)

令和5年11月15日発行[毎月2回 1日・15日発行] 編集：旭市役所秘書広報課
〒289-2595 千葉県旭市ニの2132番地 ☎0479-62-1212(代表)

旭市ホームページ <https://www.city.asahi.lg.jp/>

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

※広報あさひは、グリーン購入法に基づく基本方針の判断基準を満たす用紙、誰にでも読みやすいUD(ユニバーサルデザイン)フォント、環境にやさしい植物油インキを使用しています。