

Komeko So Sweet

北陸の 米粉スイーツ工房探訪記 VOL.6

bakery & cafe
KARVAN

“グルテンフリー&ヴィーガン クッキーラムレーズンサンド”

KARVANは富山市中央通りにある小さなベーカリーカフェ。お店のパン、マフィン、焼き菓子、スープは全てグルテンフリーとなっています。

身体にやさしい、元気になる食をお届けできればと考え、富山の自然の恵みを中心に安心素材を選び、手作りされているとのこと。

また、カフェにてご紹介しているコーヒーは100%ナチュラルなエチオピアの野生のコーヒーです。

今回は KARVAN が作るこだわりの米粉スイーツについて、お話を伺いました。



まずはじめに、ホームページを拝見しますと、商品はすべてグルテンフリーとなっていますが、米粉は100%使用していますか。また、お店で使用されている米粉は何種類ほどでしょうか？

(KARVAN 店長 金坂佳子氏 (以下、金坂店長))

米粉 100%で使用しております。コシヒカリ、古代米、ササニキ等をメインに季節で変わる事もありますが、4種類ほどです。

富山県産玄米粉を使用されている米粉パンがありますが、玄米粉と米粉を使用した場合の違いを教えてください。

(金坂店長)

玄米粉と米粉では吸水性が大きく異なります。味わいの観点もありますが、食感の違いを私は大きく感じております(粉碎方法にもよります)。

古代米赤米や古代米黒米を使用されている商品がありますが、使用される際は他の米粉と同様に、米粉に加工して使用されていますか？

(金坂店長)

はい。ほかの米粉と同様に加工しています。

古代米を使用するようになったきっかけを教えてくださいませんか？

(金坂店長)

新しい商品を考える際に、試してみようとふと閃いたのがきっかけです。

「自分自身もたべて 美味しいと感じたもの」

米粉だけではなく、富山県産の食材を多く使用されていると感じました。

富山県産の食材を使用するようになったきっかけを教えてくださいませんか？

(金坂店長)

自分自身もたべて美味しいと感じたものや手に取りたい商品を自身がつくる物にも使用していきたいと自然に生まれた気持ちです。

通販で購入する場合、冷凍便で届くと通販サイトに出ていますが、おいしくいただくために注意すること、コツなどありましたら教えてください。



(金坂店長)

室温自然解凍が焼きたてに近い食感になります。米粉パンはトーストでカリッとこんがりと温めるのがおすすめで、マフィンも自然解凍のまま、温めずにそのままお召し上がりいただくのをおすすめしております。

「重くならず軽やか」

様々な商品がありますが、エチオピアの野生のコーヒーが一番合うおすすめの商品を教えてください。また、その商品のセールスポイントも教えてくださいませんか？

(金坂店長)

新作のグルテンフリー&ヴィーガンクッキー



ラムレーズンサンドです。小麦、乳、卵不使用の『ラムレーズンサンド』の自家製バターは、カシューナッツ、豆乳ヨーグルト、ココナッツオイルでおつくりし、お召し上がり後は重くならず軽やかです。白砂糖不使用でメープルシロップで甘味をつけています。クッキー生地にはココナッツオイルとココナッツフラワーを使用しサクサクしっとり食感のクッキーの味わいとコーヒーの香りや風味がマッチします。

グルテンフリーであることは大きなセールスポイントと思いますが、最近の傾向としては、健康面への配慮からグルテンフリーの食生活に取り組まれる方も増えてきているのではと思います。実際に米粉製品を製造販売されている現場ではどのように感じられていますか？

(金坂店長)

健康的な食品を求めてご来店されるお客様は増えています。近年では女性、男性問わずに、毎日のお食事としてお求めいただくお客様も増えて参りました。でもただ身体にいいから、健康的な配慮だけでは、続かない事を自分自身も実感しています。

美味しくて心満たされていくお食事や温かい気持ちになる人と人の交流を当店をご利用いただく皆様は、なにより大切されていると、私は感じています。

小麦高騰の影響もあり米粉が注目されていますが、一過性のものではなく継続的に米粉の普及推進を図るうえで大切なポイントは。

(金坂店長)

美味しくて、身体によいのはもちろんのこと、販売する自分たちも食べたいと感じる米粉の商品は心からお客様におすすめできるので、発展的に継続し広まっていくと感じます。

ありがとうございました。



Komeko Sweets Shop

「グルテンフリー&ヴィーガンクッキーラムレーズンサンド」のお求めはこちらで

富山市中央通り 2 丁目 3-22

中教院モルティ 1F

Tel 076-492-1288

定休日 水・火曜日

平日 9:00~18:00

<https://karvan.jp/>

