

C'est très bon! Vol.31

～おいしいパンの連続～

フランス修行の旅②

パリの有名なパン屋さんと、メーテル氏が案内してくれました。

パリは、多くの堂宇もあり、今注目されているパン職業人メーテル氏おすすめのパン屋さんをご紹介します。パリに行かれ予定のある方はぜひ訪れてみて下さい。

AV 140 (オ・ソ・キャゴト) 20区

140, Rue de Belleville 75020 ⑪ Tournai 下車

2001年のバゲットコンクールが1位のお店です。パン屋さんとお菓子屋さんとの違いを含むで同じ経営です。2002年のバゲットコンクールで1位をとったメーテル氏とは矢張り会い合ったので、オーナーが出てきてくれ工房の中を案内してくれ、ティー・ナ・カ・値段を改め中の中のパン生地、自然发酵種などを見せてもらいました。メーテル氏とオーナーはパンやお菓子の現状の興味深い話を1時間以上もしていました。(例: 私には何でパン屋でわざわざ来せん。それがとっても残念でしたが、その場所に一緒にいれただけで幸せでした。自家製のブリオッシュやいろへんを複数のかわいいショコラ(ヨミテ宝石箱の様子)大きな石釜のあるとてもすてきなパンとお菓子のお店です。

La Flûte Gana (ラ・フルートガナ) 20区

226, Rue des Pyrénées 75020 ⑪ Gambetta 下車

お店の看板がとてもすてきです。ブリオッシュ法で作るパンは有名で、長時間発酵とすべて手成型で併らなくてはいけないという味わいのあるパンです。ガナジーさんの製法で作るフルートガナのパンを制作しているお店はパリの中にも数店見ることができます。パリのパン屋にYann et Pierreの宣伝のお菓子を食べただけですとおいしかったです。

MoisAN (モワサン) 14区

4, AV. du General Leclerc 75014 ⑪ Denfert-Rochereau 下車

BiO(ビオ)の小麦粉(無農薬小麦)を使ったパン屋さんです。他のパン屋さんにもBiOのパンは必ずあります。ここはすべてBiOのパンです。私はこのお店で、ブリオッシュにバターが付いてあるパンをメーテル氏はブリオッシュにソルビタートを混ぜて食べられた。後から後悔したのだけれど、ハト系の日本パン食べればよかった...と。

Boulangerie MAEDER 15区

129, bis Rue Saint-Charles 75015 ⑪ Charles Michelae 下車

名前は、私がストラスブール(石碑像)したラカルメーテル氏のいいえのブリオメーテル氏のパン屋さんです。メーテル氏のお父さんはアルザス出身なのでこのお店にも、アルザスのパンやお菓子が並んでいます。

クロワッサン、ブリオッシュ、リシケータルト、タルトランベなどなど

ニニの工房で、2人のメーテル氏で手をこなしながら、それまで持つて買った6軒分くらいのパンやお菓子を切り分けて、みんなで食べました。普通フランスの職人へ遠て日本のパン屋さんへ遠て他の店のパンを買ってきて試食せ較じたりしないのですが、(他の方がどうだかと見ていてない様子)うん、うちのがヨリ美味しいかもおもろかったです。ブリオメーテル氏の手のパンのパシエの作り方にについて聞いていた時、私がよく理解できなさうにしていて、ううメーテル氏にうまく説いてくれたかった感じで言っておれ。

フランス語からフランス語へ通じてわかりやすく説明してくれたのですが、わかる様な...?

他に訪れたのは

- Maison Kayser (マシンカセ) パリに私が知るだけの店あります。
- LE MOULIN DE LA VIERGE (ル・ムラン・ド・ラ・ヴィルジエ)

2004.3.20

Boulangerie

C'est Très Bon

CHEF Kaori Onishi

• Le Quartier du Pain (ル・カルテエドゥパン) 15B

先に私が今日 スタジオ(研修)させてもらった2軒のパン屋さんの住所です。

18区にある チュエリー・ムニエ氏の

Duc de la Chapelle (デュック・ド・ラ・シャペル)

32-34 rue T. Tzara 75018 (H) Port de la Chapelle F#

17区にある ラクル・メニエ氏の

Boulangerie Raoul MAEDER (ラウル・メーダー)

158, Bd. Berthier 75017 (H) Port de courcelles F#

シャルルドゴール空港に着き立ち、タクシーのひでまことにムニエ氏のブランショリーに向かいました。(前日6月にボムスティオさせてもらひ研究室いたパン屋さんです。) 久ぶりの再会、ちよとドキドキしながらスープをつけて、ムニエ氏のパン屋へ入りました。パドカーズ(パンを賣る人)に“ボンジョール”と声をかけ、エ房との会話、ムニエ氏がちよとパゲットをカヌ入れていました。ムニエ氏はMDF(フランス最高技能章)を持つパン職人です。

私は氣うて。“あー！かわいい！”と大声で叫んでくれ、こっちへ遊びと見てくればました。

遊びすこくうれしかったのです。笑えてくれて喜んでくれた、なんだか懐かしくて心地よい気分でした。

久しぶりのあいあい話を交わし、再会を喜びました。今日はスケジューの都合上ムニエ氏のパン屋のスタジオは

2日だけで、次の日は前日の直行で紹介した17区のメニエ氏のパン屋のスタジオの予定でした。ムニエ氏は

“他の研究室に行く時もずっとうちに泊めていていいんだよ、どうしない。”と言ってくれました。ほんとうは、

ずっと泊まりたかったです。25人の子料理とかわいい息子直に囲まれてでも恋心地のよい家でしたから。

ただ仕事は朝が早いのでバスをながらたために通えなかっため、ムニエ氏の家には2日だけお世話になりました。

でも、ムニエ氏のパン屋さんのスタジオが終わった後も、メニエ氏の所やスタジオしている間も、バスにひで

ムニエ氏のパン屋にちよとちよと通いました。その毎にムニエ氏は、温かく迎えてくれて、どうだい、ムニエ氏は

やさしいかい？ 楽しいかい？”と心配してくれ、ほんと温かい所でした。“かぶりお屋食べに行きなさい。

コーヒーのかい”といつも事をかけてくれ、まるでバザルの自分の居場所の様でした。

前回スタジオさせてもらったサンドイッチ屋さんにも立ち寄りました。久ぶりの再会、笑顔でとがえてくれ

コーヒーを飲むながらいろいろな話をしました。私が日本から送ったおれの手紙と写真は、いつもここに

置いてるんだよ。コレの裏の本棚から、さとてとり出して見せてくれました。すこくうれしかったです。いつぞ寄り

サンドイッチやコーヒーを飲んでいきなさい。いつスタジオに入りに来てもOKだよ。ここに来て好きにしていいんだよ

と、ほんと温かく接してくれました。

パリに来て、いろんな人の生まれる様を温かさに触れました。見知らぬ土地に来て、私の居場所のある心地良さがありました。訪ね、久ぶりの再会を喜び合う人がいるこの幸せ。

パンを作る仕事を通じてやり合ってきました。この出会いに、だから感謝しています。

毎日がよくやうてよかったです。この仕事をしてよかったですとほんと心地よい時でした。

心地良さを感じ、感動できるのは決して私ではなく、人々の出会い、触れ合いの中にあるのだと思います。

うまく言葉が通じないからこそ、人の心の温かさがすこく心に浸みました。日本にいることを忘れてかけて

しまって大切なものを、人への思いやり、心の深さ、広さ、温かさ、人にこって一番大切なものを、

フランスに来て一番感じました。そういう心を持った人が、人々感動させることできるパンをパンシェルビ

ーできるのです。フランスへ来て強く思ふ様になりました。

私は、フランスのパン屋さんでスタジオしながら、技術を学ぶことだけを目的としているのではなく、仲間との、

尊敬する人々の触れ合いの中に、生きる勇気とエネルギーをもつているのだとうと感じます。

パン作りを通じてたがる大切な世界があります。

毎日生活しているこの場所ではまた違う所に、美貌の価値判断とは異なる世界が存在する

ことを実感しました。

春の心地よい風を感じる季節になりました。毎月才3水曜が定休日です。

K.O.

C'est du pain ! Vol.32

～おいしいパンの通貨～

今、パン職人を目指す人が増えたなと感じています。私が初めてパンに携る仕事を始めた10年前なんて若い女性の姿は、ほとんど見かけませんでした。

今は多くの女性のパン職人の方が見かける

様になりました。フランスの多くのパン屋さんでスタジエで仕事をしていましたが、今まで一度も女性の職人さんを見かけたことはありません。男の人の職場といった感じです。また、大学を出てパンやお菓子の仕事につくなつてフランスでは考えられないこの様です。フランスでは若い頃から職業学校に通いながら、実際に見習いにて働き、技術を学ぶのです。以前では、日本でも大学まで出てパン屋さんになるなんて...という感じでしたが、今はほんに増えました。それだけ、何が確かな技術を見つけて、将来の夢を描きたいという人が増えたのだと思ひます。

トボンのパンについていろいろ

私はなぜか、フランスが大好きで（これはもフランスのパンで働くこと好きです）フランスのパン屋さんで働いたり、食べたそのパンの味を求めて日々パンを焼いています。トボンのスタッフには、フランス女性がなく、私も含め3人のスタッフがフランス語を学んでたりします。主食としてパンを食べているフランスの人が食べているパン自体の味わいのあるパンを焼いてみたいと思っています。

パンのこ

一番気を使うのがベケットです。人に例えると、気難い人、がんこめ、で、うてこうとうか。ごまかしのきかないパンです。ちょっと気にくわないうつむいたり、長い待ちで生地を扱い焼き上げると、下とも上とも気持ちは反映したパンができる。左記かな気持ちを作ると、それを表情としています。

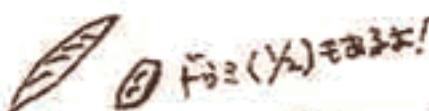
また、いろんな条件の1つ1つが影響するので、1日に莫量のパンです。

奥が深いために、(何年つきあてもまだ理解できません)奥深いお川です。

2004.5.27

Bread & Butter
Cafe Tasse Bon
Auf Kaviar Brötchen

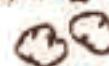
パンセレアルのこと



④ どう(やん)も好き!

セレアル？ フランス語で穀物のこと。 そうこのパンには、いろいろな穀物がつまってます。 ミネラル分多いパンです。 フランス人は、人気雑穀の入ったパンは好きだけれど日本人にはいまひとつな感じがない本邦です。 でも私は大好き！
 バターをかけて食べるのがある。 カサカサしてほんと味わい深い。
 ワイン、チーズ、etc. 料理で合わせたらうまいです。
 けの奥、じま、ひまわり、きび、大麦、ホトミール、ライ麦、とうもろこし
 フランスではどのパン屋さんでモミかけ、いろいろなパンのを食べたけど、トボンの食けてない味です。

そば粉のパン（バゲットサラサン・リュスライ・クサラサン・そば豆）のこと



そば粉のパンとの最初での出会いは、1971年のパン屋でストーブで焼かれた時、お値ないモサモサで食べたお直がありました。 そこそこの初めて食べたモサモサが、そば粉のパンを作らせて貰った。“何だらうこのうなパンの様な色をしてるけど、酸味がなくなんだか甘い味のするこのパンは？”と聞きました。
 聞いたら“サラサン”と言いましたけど、私の改名の言葉が、そば粉を意味するとは知らず、後に知りました。 そばって日本っぽいけど、フランスのルムラン地方では有りで、そば粉のクレープ（がlette）はパリでも有りだし、私の大好きな食べ物の一つ。
 ほんとのパン屋さんでそば粉を使ったパンは買ひ下られてました。
 このパンをバターでよく塗るのを私は、喜んで食べます。

パンブリエのこと



“アリ、おまえがおやじです

フランスルムラン地方のスペシャリティで昔は航海用のパンとして使われてたそうです。 中がきめ細かくつまた肉相であります。
 フランスでのパン屋さんでも見かけます。 基本的な使い方はだいたい同じで、発酵生地（1晩以上ねかせたフランスパン生地を混ぜ）をとてちぐく使い、捏ねる時、イーストを添加げないので、目のまぶたパンになります。
 不思議なパンです。 新潟で出会った時、こんなパンのやり方もあるのかとびっくりしました。

おめでとう！ トボンで1年早くヨーロッパにて焼かれてくれた松原、まよさんかい
 社員となりました。 これからも、夢と目標にがんばって下さい！
 トボンでパン職人を目指すスタッフ、技術だけではなく感性を考え方をいつもここで吸収して大きく成長してほしいと願っています。

C'est très bon! Vol.33

2004.4.28.
Boulangerie
C'est Très Bon
～おしゃれパンの通体～

つい先日まで、桜の花が美いれた桜の木が、今は緑の葉ばかり
早いにはかりの季節となりました。なんだか忙しくて久しぶりの

通音を書く気がします。業界のパンニュースという新聞に、パリの「グランプリドーバード」のスクールで
23歳のティエール氏 優勝という記事が載っていて、特に審査員のラウル・メラール氏のコメントが書いてあります。
特にメラール氏のブランジリーで傷付いた時、メラール氏の隣で仕事をしながら、「なんて幸せなんだ。
この瞬間メラール氏と一緒に仕事ができる幸せをかけめなくては」と感じました。パリのブランジリーで
メラール氏の車で案内してもらいかがう。隣の席に座って話をしている時、「この瞬間、この幸せを
忘れない。」ついにやすく幸福感を感じました。幸せを感じられて、大きなことに 대해だけではなく
ほんと、ささいなことに 대해서かもしだせん。その瞬間が今の私を支えてくれています。

パリ作りの仕事に打ち込んで。フランスへ勉強に行き、フランス語を学んだおかげで、私の世界はものすごく
広がりました。ただ仕事だけでパンを作っていた頃、私はものすごく狭い世界にいて自分を見つめることも
ほとんどない。自分の力で打ち込んでればいい。ほんと世界の広さを知ったし、自分自身も見えてきました。
去年の夏スタジオ(研修)させてもらったパリのサンドイッチ屋の方々、ヨーロッパで初めて私のスタジオを
お預けしてくれた人に、「かおりは元気にしてるかい?」と本当に聞いてくると言ひて、とてもうれしかった
です。嬉しいことで自分のことをアレで思ひ浮かべてくれる人がいる。こんな幸せってないと思いません。
そういう出会いを求めて私はパンに迷っています。

「パン作りが好きですか?」と聞かれれば、もじもじたら「うう」と答えるかもしだせん。
でも私はこの仕事を通じて、多くの人に出会うことができます。私の出会いの感動を求めてこの仕事を
しています。私のすばらしさを、パン作りを学ぶトヨオシのスタッフにも知りたいと思います。
そしてトヨオシのパンを愛してくれるお客様へも、パンを通じて幸運な気持ちや人情を届けることが
できればと願っています。

私の恩師が、案せずとも信じていればよく物事は運ぶるものということを言いました。
夢は叶うの。私はそう信じています。

夢を持ち、それを原動力にすればきっと叶なれる。何をせどもたまたま夢が叶わなかったということは
決してないと思います。今まで自分の恩師でありに物事が進んだことはありません。幼時考えること
ができる精一杯の力で考えて、全く予知できなかつた方向に物事は展開するのです。(…
意味ですね。) 幼時は、物の展開が悪い結果に思えて、後から振り返ってみれば、あの時
ああかなってよがたんだと思ふことも多いのです。投げ出して来になりたいなと思ふ時もあれば。
ほんとうのパンの感動を味わうためには、今まで精一杯の力を出し切るのです。

新商品です!

まめのフォカッチャ ￥189(税込) 今が旬のとうもろこし、グリーンピース、スナック豆などをフォカッチャの生地に入れて
180メダムスとともに焼きました。私は初めてこの豆ではないとうもろこしを見ました。すごくうまい
ほひた。たまたま3.4粒のとうもろこしがふんわりカリバードに焼かれてしまつたから、育てられて3粒ほどに…
とうもろこしの感動を感じました。

アナナ ￥231(税込) ココナッツのクリームと一緒に甘熟のパイナップルとバナナ、アボカド
が入ったペストリーです。

他にも新しいフルーツや、日本では味わえないパンの味、ブリニス、ジーポ、ケンサレなど日本替りメニュー
を紹介していくつもりです。楽しみにして!

K.O.

C'est ça le bon!

2004.6.26

Breadman

C'est ça le bon

雨が多くてはじめられた季節です。こんな時は、気分までさえ悪くなってしまうのがち
ですが、おいしいものや大好きなものを食べると、また元気に生きると思うので。
トボンのパンを食べてこの季節を乗り越えて下さいね。

湿気の多いこの時期や夏場は、パンアドリにあっても、何かと気を使います。
ベケットをはじめハード系のパンが焼き上がりた後軟らかなくてほんばちです。
パリッとしたクロワッサンをさえも、何となくソフトな食感になってしまふことが多く
さみしく思うこの夏の時期です。自然发酵種の管理やパンの發酵状
態の管理など夏は難しいです。

特に、焼き立てのトボンを包装してもらった時などは、家に帰ったら
すぐビニール袋に入れておかないといふにやるのも気をつけ下さい。
そんな時はもう一度リバウンドして食べた方がおいしく食べれると思います。
きりとふいて焼いた方がよしパリッとしておいしいとも言われますから。それは
めんべくせがりなので、そのまま焼いてバターをつけて食べます。えらいにおい
です。次の日でも食べられる「かもこ」人は、早めに冷蔵庫をおすすめ
します。フランスは湿気が少なく(この時期だけではなく1年を通して日本とは)
バゲットはいつもパリッとしてます。決して焼きすぎでなく、クラストは
パリッて薄皮で、アムはしっかりと水合があり、小麦粉・小麦粉のせ
おいしさが広がる。そんなバゲットを求めて、私は毎日バゲットにてこ
考えています。小麦粉・塩・水・イーストだけいう単純な材料だから
こそ毎日毎日味が違います。神妙でしか言い様のないほど
二人でにもり味が違うのができるのかといつもあざかされ、がんこなので
取り扱いの難しいバゲットです。生地ねえ。発酵の状態、スケム(蒸氣)
のかかり方、成型のけなでほんのちおこしたてが味を左右します。
生地が安定する様に添加物を加えれば"簡単なのがもしかる"
けど、トボンではパンへイースト+左の3条が味を使ってないので
毎日パンの状態を見て、何が影響してこうなったのかなどを考え続けています。

もうすぐトボンは2周年を迎えます。

トボンのパンを愛してくれるお客様やいいスタッフに感謝され、ここまで
これたなあと感謝の気持ちでいっぱいです。

これからも、いいパンのあるお気に入りのパン屋さんでなくなる様
スタッフみんなでがんばっていきまよ。

毎日、同じことを繰り返してること（仕事とか）、このままいいのかとか、これを
続けるどうなるのかとか、ほんとうにこう“うなこ”でしたのかとか、言葉は
考えると限ります。私もよく考えています。

最近、私の尊敬する人が“こういう言葉をくれました。
“自分の限界は、自分が決めるのです。”

目の前のことを着実にがんばっていくのみだと思っています。でも、いつも目標を
夢と描いて、そのチャンスが訪れた時、決めておかなければそれもつかむために、
信じて、前を向いてがんばらしかなって思っています。

私はこれからも、多くの人々との出会いのために、いろんなにて挑戦して
いきたいと思います。

先日北海道へ行きました。夏はねかれてて、緑の木々の美しさで旅を
自然に bev われる気持ちでいた。

そして、先日、フランスでいつも働かせてもらつたりしてお世話になつてゐる、ムニエ氏
に会うために奈良へ行きました。現在、ラモンストーンのため来日中で。

久しぶりの再会幸いです。
こんな季節、気分転換いつもおで使うので、旅に出るのも喜んで思ひます。

サンドイッチ新しくなります！

KO.

ヨリ、いいパンのサンドイッチ♪



(トマト・ソース) → パンからオーブナードにこみたモルツアラゲーとウツツの

トマト→ ツナライスとトマトソースとパンの入ったサンド

(アレ) → チキンピット、ココナッツの入ったチキンヌードは人気の一品

ヨリ (オーブルジン) パンオベリのパンになすのオリーブオイルソテー

ヨリ (ボニサンテ) フランブルでよい健康といふ意味、野菜でつくづくの超ヘルシーサンド!!

ヨリ (ボニサンテ) フランブルでよい健康といふ意味、野菜でつくづくの超ヘルシーサンド!!

C'est ça le bon! Vol.35

～ぶっしパンの道～

Bon à l'anglaise

C'est TRES BON

2004. 7. 07

(中野 たかお Onishi)

フランスでは、夏バカンスのシーズンになると
サンドイッチがよく売れます。手軽に食
べれるのがいいし、食欲のない時にも
食べやすいのだと思ひます。トボンも
夏に向けて久しぶりに新商品です！

パネットサンドのトン(ツナライターナットサンド)
プレ(チヤベトト)トマトソース3品となすりサンドオーベルラン。野菜と卵のペリエな
ホシシタの5品です。暑い夏、トボンのパン食べて元気出してね！

大阪へパンの旅に行きました！

たった2日間だったのですが、奈良・神戸・京都・大阪と列車乗り、そして歩きで
よく食べました。まず、1日目 奈良にある“麦の花”というパン屋さんへ
フランスでスターシュさせてもらったり ホームステイさせてもらったりとお世話になっていた
ムニエ氏が“デモンストレーションをするため日本に来日されていたので”その講習
を受けて行きました。ムニエ氏と久しぶりの再会を喜び合えたこと、その奈良
のパン屋さんに集まつ職人さん達と矢張り会えたことがこの旅一番の収穫でした。
もちろん、HOF(フランス最高技能章)をもつムニエ氏の技術に触れることが
できただけも大変勉強になりましたが、人の出会いがやはり一番感動でき
ます。パン作りの仕事とおいて、自分の住む地域では違う街の職人さん達と
矢張り会い会って、刺激を受けたりもします。また、いつもあざくのは人のつながり
です。関係がなさそうに思えても、けんう人はつながっているんですね。
1つ1つの出会いを大切にしていきたいといつも思います。

フランスのムニエさんのパン屋さんに、私とムニエさんが一緒に写っている写真(前日
スターシュさせてもらった時の)が飾られていると聞きました。こんな辛せってないこ
思いました。“普通はそんな遠くから(福岡)、奈良まで会いに来ないよ。
そんなにおれのことが好きなのか？”て冗談でムニエ氏が言っていたが
出会いで感動的めなら、私はどんちかへ行くのはたやすいと感じています。
そこで奈良から大阪のホテルへ、大阪駅近くの丸ビルの地下にあるパンカンテ
というパン屋さんへ夜寄りました。前ある本流にのってみたことがありました。

かわいい感じのパン屋で、コーンのパンが"お"いひたかな。

そして2日目 神戸(三宮)→京都→大阪といろんな所へ行きました。まず、三宮にある Boulangerie ユムシニアへ

ここは、すべて私のみにされたったパン屋さん。初めて訪れた数年前
そのすごくウツクシイしてパンを買ったのも今も覚えてます。

その西のシェフがトランのことを知りて下さっているところに開いた時
ほんとうれしかったです。今日は行った時勇気を出してお問い合わせました
ついに決めていました。そして運良くお会いすることができおなじみました。
それが幸運でした。

京都のブーランジェリーへ。本店はよく聞いていたパン屋さん。スタッフの松原
さん(まつ)が大好きで行け、行けとうるさい(?) 徒歩で行きました。

サンドイッチがすごくおいしかったです。大きさもフランスの大きいパン屋さん。
朝から店にかけ4つくらいのパンを食べ、ここに着いた時けっこうお腹いっぱい
だったのになぜか又もサンドイッチを食べてしまい、小に者の私は残すのは
悪いかなと思い、すべて完食。とても苦しかったです。

大阪のブーランジェリー タケウチへ。

去年、まつと一緒に来た時は、上にカロはなかったけど、今回上にカロあり
てきて、ワインとタルティースのセットやコーヒーとのセットなどいろいろあるので
食べてみたいという衝動力にかられただけで、ぐってかまっていて

コーヒーを飲みながら、気持ちのいい時間をお過ごしました。

パンはとてもおいしいし、ちぢれをたくさんつけてくれる(パンの時は
少しでかいなと考えさせられたりもした…)

大阪方面へ行かれることしばり、パンが好きな方はぜひ寄ってみて下さい。
家に帰りながらもまたパンを食べ、今日はほんと1日パンでした。たと
一日を3.4回(?)。もうしばらくパンは食べたくはないなと思いつかう
寝ました。そして次の日、これを書いているのですが、お腹はパンの
パンを食べた。(あれ?)

新店OPENいた!

パンナフランサル ￥242

トマト・オニオン・チーズ・ヨーグルト

アーモンドベリット

アーモンド・ヨーグルト ￥189

新店OPENいた

新店OPENいた

濃いめのコーヒー

パンナフランサルのヨーグルト

4.0

C'est ça que faire! Vol.36 (2004.8.01)

— おいしいパンの発信 — Boulangerie

まだ暑い夏が続きます。 Comme TRES Bon
夏バテしない様に、おいしいパンで Chercher le bonheur
元気に夏を樂んで下さいね。
新商品でまた！ まだ食べたことのない方ぜひ食べてみて
下さい。

オクラ・ローラーのアート 半168 今が旬のアートとモルセイ入ったおまかせでした。
食感のフワフワで、ごまとパセリが入って
味付けしてます。

グリオットペース 半189 あのあいがれのグリオットペース。アルザスで働いた時日本で
は珍らしかったオトギ焼けのグリオットを小さなくっキーに
3枚3点に使ってました。またせめて一とびうりしてあります。

セークレエピス 半179 パンクリケットオトギ焼けのグリオットを合わせました。
ナッシュやキャラエピス、シナモンで隠し味として入れたライ麦パン。
きっと味わったことのない幸せな味です。

ソレイユ 半263 おいしいけど、4-5個やり込んでしまいます。

パン、フルのコンドードを使ったりニンニク、夏限定の甘酸っぱい
味です。パッケフルのコンボートは、くみかやフランベリーとともに
オトギで香りづけて仕上げています。

ガレット 半231 おば粉の入った生地で使用した薄焼きパン。
ローズmaryベーコンペース、トマトチーズのものと、フレークの
2種類（あと…う間に売れるので手に入るのは大変…）

他にもいろいろあります。ベーコンオレンジのブリーパン、松の実フルーツ。

すきとうひのラニッシュ、ゴーランキウムマンゴーラニッシュなどなど…。

ワルヌ日記 トマソンはおかげ様で2周年を迎えることができました。

もう3年目にに入ったなんて、時の過ぎるのはほんと早いと同時に思います。
本当にこの2年間は… そのすこし忙くてトマソンの住居、寝る時間も
確保するのも大変という日々を過ぎてきました。目の前のことをこなすだけ

料一杯の日々でした。（今は落ち着いて本を読んだり運動したりと自分の時間か
けてる様になりました。）ほんといろんなことがありました。

遊びも多く体験したりと、苦いことも多かったと思います。アス性脳病や
筋肉疾患と貞では大丈夫と思っていても体には素直に伝わった。

今一番言えるのは、いいスタッフに恵まれたということです。
私はこの2年間で、自分に自信がもてるようになつたけど、トマソンのスタッフ
直に接するたびに多くのことを学んだし、自分の小ささや至らしさをよく
感じました。以前大手のパンスターで商品開発をしていた頃、自分さえ戸惑

を出していくばよかったです。他の人ができていなくて関係のないことでした。それですこし樂でした。トーピンの本革にみんなで一つのものを作り上げていくみんなで一体となって仕事をしていく、それでまとめていくてみんなにとってすごく大きでした。今でも、私は向いていないなあと思うことも多いけどいろいろなことを感じ、自分の弱さを気はすくけてかいてきたのもそのおかげだと思ひます。本格的にパン作りをする前5年前(25歳の時)私は洋菓子場の中だけのほんと小さな世界にいました。その通り、私はいつもあせつていました。"もて学ばなくては、このままではいけない。時内かない"こんな所で終わりたくなっていたのも今でも覚えています。パンの業界にはほとんど知らぬ人はいませんでした。でも、トーピンの名前はよく知られる本革にあったしパンの業界の有名な方々に会ってさせて顶く機会があたり、フランスのパン屋さんにも多くのアドバイスがります。パン作りの仕事で通じて世界の大さを知りました。目の前の一生懸命が人は、"またただけです。

出会いで大切にしながら、その1つの出会いで大切にパン作りの仕事をしてきました。私は運が良かったかもしれません、フランスのパン屋へ10軒ほど働きに来てきていたという体験もいかなかつたのです。様々な人の側へ来てきていたので、私はその出会いでいつも自分の力でやりうるに立派れてきたのです。私はその出会いでいつも自分の力でやりうるに立派れてきたのです。

出会いやチャンスはつまるものやう思います。1つでも、こうがりこんでくるものではないと思うのです。だからトーピンで働きでも、こうがりこんでくるものではないと思うのです。いつもトーピンでパン作りを学ぶスタッフにも、いつもそのことを忘れないでほしいと思つます。学校ではないので、仕事をしながら学んでいくつて、自分の思ひどおりにはいられないこともあります。それを気にせず、がんばるしかない。ある状況はすべて統かないのです。考えてみるから、状況に変わる

のです。目標を持って、自分のやれる力すべてで、ふつわめてみて下さい。

そうすれば、きっと結果はついてくる。

トーピンで技術を学び、みんなが一人前の技術者に育ち、それがスタッフが思ひえがく将来の夢へ進んでほしいと願っています。私の願いでここでも伝えさせて、その手伝いができる様になって幸せなのだろうと思います。自分の思ひどおりにはいかないのが人生。自分とよく状況は常に変わるもの。あせらず、今日の取り組む1つの仕事を、自分の納得のいくレベルまでがんばってほしいと思ひます。すべての仕事に違いはなく、すべて直じてみのです。

私の2年を振り返りながら、違う方向に行つてしまつたが、この2年は、ほんとお富様、スタッフ、みんなに支えられた日々だったと感謝の気持ち一杯です。

C'est Très Bon! Vol.37

～かわいいパンの話～

ついこの間まで、暑めたのに、いつの間にか涼しくなって
過ごしやす季節になりました。食べ物がおいしく
感じる秋です。トボンでも、秋限定の商品がたくさん
出ますからお楽しみ!~

2004. 9. 08

Boulangerie
C'est Très Bon
Chef Kaori Oriishi

- ① きのこと4種のピザ、野菜のピザの復活です。もちろん野菜を食べて下さい。
- ② 样といえどマロンパイ! フランス産マロンクリーム生クリームを配合に入れる上品なクロントルで
淡皮菓の素を1粒入れ、風味豊かなパイ生地で包んで焼き上げる人気No.1商品です。
他にも、アロエバターとともに焼き上げるソースのパイや、香辛料でさわせた自家製ハラミを包んだ
ミートパイがおすすめです。
- ③ 夏にあって中止した時、復活の声をたくさんあったノルマンディーも登場です。キッシュドスやシゼー
ドリュードを使用し、ソースをキャラメルソースかバニラソースで替り掛けます。かすかにともに焼き上げるノリの
ペストリーは、季のあらわのノルマンディーを想って作りました。
今年は栗のラニッシュがソニー・アル(ました)。小倉あんとアーモンドでつくるクリーで淡皮菓の素をラニッシュ
でして焼き上げる、ちからと和風豆味です。
オレンジショ糖でアソリュートとともに4種のオーブンドリュード、ショコラニッシュもおすすめです。
上にはキャラメルチップがのっています。
- ④ フォカッタも秋色になります。ハーブの入った塩味のじやがいものフォカッタや、豆・栗・いちの入った
フォカッタやかあます。
- ⑤ そして、おすすめの新商品。ハート型の2品はぜひ食べてみて下さい。もちろん秋だけの限定です。
左は(1) ハートの粉をくりの実で練り込んだ"自然な栗の香りと甘さの
する一品"です。
右は(2) ニードル(リニンのお酒)で発酵種で作り、生のリニンを練り込んで焼き上げる
もちもちとした食感の自然な少しひのせのパンです。

最近、粉屋さんが企画したパン作りの基本を理論的に学ぶ勉強会に参加しています。
日頃は、毎日の経験上いろいろなことを半判断し、調整して毎回同じ品質のおいしいパンを
並べれる様にしているのですが、改めて基礎を学びてみるとこれが原因だったのかと、
いろんなことが見えてきました。たまには、外に向けて情報を得たりすることは重要なことで改めて
思いました。決して今の自分のレベルに満足することなく、もうおいしいパンでめざまつために
努力するが、それが食べて見える本だと、努力したいと思っています。自分の限界は自分が
決めるもの。そこからさらに挑戦して新たな可能性の広がりを樂むたいと思いま
す。私には、いろんなやりたいと原うつことがあります。でも自分のやりたい様に早く
これができない状態ってあります。一番大切なのは何がいけないものがわかることです。
今のがあるのは、人の力ではなく、いろんな人の縁があったおかげだから。多くの
まわりの人との関係を一番に考えないといけないと思っています。でも夢はいつも
心に描き、自分の今あわせた場所で一杯一杯のがんばりをしていくと
思っています。

K.O.

C'est si bon! Vol.38

~おいいパンの話~

2004.10.11

- ① もうすぐボーヌレヌード解禁日。

Pain au Beaujolais

ワインのパン(トマトはまだあります。)

10月下旬～11月いっぱいの期間

限定の販売です。4年ほど前ちょうどその時期にパリのある有名なパン屋さんでスタート(研修)していて、その日限定でワインと一緒にしたパンを売っていました。お店の前に看板を立て、一つはベーカリー、一つはオレンジピール入りのワインのパンでした。多くのお客様に喜んでいたのを覚えています。工房でも仕事中だったりでワインをあけ(最初コップで飲んだけど)みんなで乾杯していました。その日千円余りの違うパン屋さんを訪れます。そこでもボーヌレヌードを開けて乾杯。私のすてきなフランスでの思い出の1日です。

- ② 11月上旬よりいいよ、ショートレンジ バラベックが販売ます!

先月せせてフルーツをお湯に浸け込みました。この時期がくると、今年も終わりに近づくのだから毎年1ヶ月以上1年とは早いものだと感じています。

- ③ 何を書こうか迷っていて、スタッフのまつが大助さんが毎日考えてるって喜けばいい人ですよと書いたので、1町で毎日考えてるのかなあと手伝ひ頃って書いたりして、札幌にいる時はもちろんどこかがパンのことをなると思っています。人でパンを作るわけではなく、スタッフみんなで力を合わせてパンを焼いていきます。だから、おいしいきちんとレベルの商品を出したいと考えが一貫です。パンそれを前に立った経験など思い入れがあり過ぎ。パンアルモ見ると思ひ出すのは、うちはたくさんうれたパンアルとハゲットが好きだった人のこと。49日のうちの日にあのパンを食べさせてあげたいと奥様から注文を受けました。和達はパンという物を育っているのではない。パンを通して伸びる思い出や心を届けているのだって教えて頂いた貴重な経験。

Boulangerie
C'est Tres Bon
Kaori Onishi

70年代サンやいちじくヨナコフレ、キャラメルフレイ それぞれ1つ1つのパンに
パンデューストージュさせてもらたパン屋での思い出がつまっています。
よく人からどうやって新商品を考えたのかてたずねられることがあります。
私の場合、今まで食べてきただもの、見てきたもの、経験したこと
本を見て印象に残ったものからベースになります。そんないろんなものから
豆の個に転がっていて、ある商品を考える時、いろいろ引き出しから
組み合わせて、商ひを立てるます。

いろんなことを知ることの大切だと思います。こんな味にしたいといふ
最高の味を知っていると、新しい商品を作りながら、求めらる味に
近づけることができます。

私が本格的にパン作りを学ぼうとしていた頃、私はいつも黙っていました。
こんなことは全くためだ、もって身にはなっては、もっと上のレベルへといふ
考へていました。フランスのいろんなパン屋で働き、最高の技術をもつ
100Fの職人と一緒に仕事したり、バゲットコンクールで1位を
取ったお店で働き、そのバゲットの作り方を学んだり、食べたりする中で
最高の技術とは、味とはこういうものだ、ということを最近で知りました。
それを知る中で、今はあまり良くなくなりました。それに近づける様
努力をすればいい。その味を求めて日々考えていくのはいいからです。
パンを作る技術を学んだおかげで、私の世界は大きく広がりました。
多くの人で出会い、今は只、友達ともういました。今、ミニダイケの
場所がすべてではない。世界は広いんだよ、がんばれみんな!
日本のお客さんを買って下さるお客様のためにパンを始めたパンモード
これが和菓子のオーナーの仕事。パンを作る技術を学び高めることで
きっと世界も広がる。そして幸せになれる。人生も広がる。
もうすぐです。

② おはてつらいなあと思う時 フランスで知り合った仲間もみんな日本人は
パン作ってると思ふと、おもかんぱうてええが、あります。
フランスで技術を学ぼてがんばって3ヶ月の姿や方が長い毎に
うれしく思ふ。それが今の支えてなっています。

C'est très bon !

— おいしいパンの通信 — Kaori Onishi

Vol.39 2004.11.03

東京のパン屋さん

先日、東京に友人の結婚式に行ってきました。
今の結婚式ってすごいなあとびっくりするほどすてきな式でした。
その友人とは、パリのパン屋さんで勉強していた時、初めて出会いました。
話してみると、同じ福岡出身、それからのつき合いです。
彼女はフランスで会社を設立、とってもがんばっている友人です。
フランスへ勉強に行く毎、私は多くの友人と出会いました。
みんな目標に向かってがんばっているとても気の合う人達。
旅をするって、多くのことを吸収でき新しい発見もできるし、
多くの人とも出会えるチャンスもあります。私の周りには、
フランスで出会った、またはその出会いから広がった多くの友人がいます。
旅をするってすばらしい！

■パンパニア 336円

南仏風サンド、パンはバゲットの生地を使用。
みずみずしい野菜とアンチョビやオリーブをサンド。

■アルゼーヌ 336円

そば粉を配合したパンと生ハムとの組合せ。
そのマリアージュはほんとビター。
ルッコラ、モッツァレラチーズ、セミドライトマトと組み合わせた
ぜいたくなサンドです。

■サンドイッチメランジェ 399円

パンドミーのサンド、チキンカツやチーズ、ロースハム、野菜と
いろんなものが入った具だくさんサンドです。

11月18日ボジョレヌーボー解禁日。
フランスでは、その日みんなでワインを飲んでお祝いします。
パン屋の店先ではその日限定でワインのパンが売られます。
トレボンでは11月末までの限定発売となります。
ワインを使い、くるみ、サルタナを入れました。
ほのかなワインの香りが幸せにしてくれます。

東京に行かれる機会があった時は寄ってみて下さい。

(あくまでも私の好みです)

■ヴィロン

渋谷の東急本店の前にあります。サンドイッチがとてもおいしい様です。
またプラスティー(2階)では朝・昼・夜などセットがあっておいしいです。

■メゾンカイザー

コレド日本橋のお店に行ってきました。
パンの表情といい味といいフランスっぽくて私は大好きです。

■ベッカライ徳多餅

横浜の美しき丘にあります。
私もパンのおいしさに感動したけど、パン屋の知り合いがみんなここのパンは
おいしいと言うのですごい。ここのパンにはていねいにつくっている。
心を込めてつくれているというのがあらわれているのです。
私はここのパンを食べた時、トレボンのパンもこんな味が出せるかなあと
反省させられます。

一つ一つのパンに想いを込めて、パンを焼きたいと願うからです。

K.O.

C'est l'heure! Vol.40

2004.12.05

Bonjour à tous,
C'est l'heure C'mere

C'est l'heure C'mere

- ◎ ニュールの販売が始めた。12月15日までの限定登場となります。今年はアラゲヌードのニュール、ルースルアルザンも(たまに)作っています。見つけたら食べてみて下さい。ニュール(⑪ 1260 ⑫ 1890)は、サルテナ・カレス・レスンの洋酒と香料につけたものと、オレンジ・レモン・ケリード入りでお菓子に近い食感です。アラゲヌードのニュール(ルースルアルザン)の方は、いちじく・アラゴン・フルーツ・サルタ・カレス・レスンがオドロビ・シナモンにつけられてあるものを少しひかりオーブンに近い火で入れて火を上げています。
- ◎ 生日。ある店舗の店長が、今の時代独立して思ってますスタッフはほんといませんよ。お盆を暮し、いろんな面で無理といつて言われていました。私は絶対そうじゃないと思います。独立したいという夢を持ち、努力さえすれば借金しても、自分が周りの人々の能力がなくて、自分でパン屋を開くことはできると思います。(もちろん独立はスタートであって、その後の努力がかなり必要ではありますが...) 自分の力を持つという夢だけではなく、パンを作る技術を身につけることによって、いろんな可能性があると思う。この仕事を通じていろんなことを経験し苦難し、努力し感動することによってまた大きく成長して自分を出合えると思います。今回は久しぶりにスタッフを召喚をしました。はじめはワクワクしたスタッフも今では20人近くもいます。あらためて今までありがとうございました。
- 大島由利** フランス語をペラペラ話せる本格になるとこれが夢(2004年) ハニミヨロ仕事を通していろんな人に出会い感動していくつもりでいます。
- 阿部千春** 40年も10年が下なのにほんとしっかり者。私があべちゃんくらいの時は何でもうなづかれていたけどいつも感心しています。仕事を丸めなく、責任をもってこなし、他のスタッフへの気配りがすばらしい! もう少し1つの仕事をていねいに、完成度を上げることができるればもう何を言うことはない。私も今まで起きるところができると思います。またすばらしいパンの技作者となれると思っています。
- 松原亜子** おいしいものを食べたいのが大切で、美味がとても好きをまつさん。ハニミヨロは友達になりました。この歌はきっとこれからの人々に感動の匂いをさせらるかのとしてくれると思います。私はまた見返し、自分を反省させられます。パンをひいてねる仕事をしてくれます。でも見かけによらずソレに強引な物があるのはいつもびっくりするけど...みかんを寄せにしてくれるのが好きで笑顔でいつも大好き。
- 森永裕子** かくはり屋のめり。決して器用ではないけれど、自分が努力して、努力をするといつてお父さんだと思つて、がんばれ! といつてもエール送ります。これからも一緒にいることで努力していく。人の笑顔がすばらしい。
- 吉本千恵** 賢宏君はとてもフルーティ。私も初めては少しおこをもつて誤解してた時があったけど、ほんと云ふことを教えたりしてきました。しっかり者。仕事を丸めなくこなし、器用です。見かけによらずいい者ばかり。北海道の自給自足が夢。
- 山西直矢子** しっかりものはなさん。(山田花子から私が名付けたのが、今でこそみんながはなさんと呼んでいます。) 本当に前初めてパン作りをはじめたときは見えないほど成長しました。すごい! ほんとねえとはなさん。とにかく東へ来て下さい。
- 白石理恵** 同じ長崎出身で、同じ高木校出身です。いつも一生懸命がんばるといつ姿勢がすばらしいと感ります。感心させられました。ニニギ堂の"ほんと云ふことをやって将来生きていける信じています。
- 大場真理子** たれもか! 自分の家に連れで帰りたいといいます。ほんといつキャラクターのヨリ=2歳。まだまだ脚ですが、これからきっといい技術者に成長できることを思っています。いつも仕事と仕事へ取組し姿勢はすばらしいと感ります。まだまだ若いくて、いつも奮闘していつも感動して大きく成長していく所であります。

- 内田旬子
うちだじゅんこ カズ(煙草仕事)を担当していましたが、今はもうやりました。
一生けん命に取り組み、いつもにこなすその仕事は誰にも負けたくないのはういと
評価されています。これからももっといろいろなことを勉強して一人前の技術者になって
ほしいと思います。牧場で働いた経験もある春井さん。
- 清水洋子
しづかようこ 木立の時からずっとトボンを食べてきましたが、トボンのパンをよく食べています。
最近はもとトボンのパンを焼いたり、焼きたけの仕事から製造も除ねに勉強しています。
やさしいパンを今まで大切に。もといんな経験を重ねて、こんな打ち込みを続けたらいいなって思っています。
- 島山ヒロ美
しまやまひろみ パン好き、おいしいもの好き。ねえりすとパン屋さんのことでくわい気がします。東京や大阪に
パンを食べるために行き、ずっと前は毎日のように阿蘇のパン屋さんへパンを買ってきたのに進
いた時に聞いた時にはほんびんでした。人と接するところが好きで、よく私の周りの人から「お
姉ちゃん」と呼ばれます。今はパン作り勉強中、夢に向かってがんばれ!
- みんなに書きたいけど、きりがきききでどうおはす今日は長くてボンを書いてくれても古株達を紹介
はい。がんばっていいねばんがんばれて。せんの声をかけて。パンの話やおいしいものの話など書いて
下さい。みんながそれ美味しいパンたくさん持てます。私自身、みんなと接する中で、自分が至らぬさをよく
感じます。みんながパンたくさん持てます。でも、他の人はなぜか人はれる力や前向きさ、明るさをもつてお
見ています。自分の弱い部分も認めつつ、いい部分をしっかり伸ばして活動いは生きたい。
自分の思いどおりには物事は進まないもの(でもそれが自分にとっていい事の時もあるけど...)
ふじたむらの目標があるてもどうは進めない状況又、明確な目標・苦手でない時期もあると
思ひます。しかし明確な目標がある時に向けて努力して3時で、苦しても一番幸福
な時かもします。これからどういう夢に向かえばいいのか今は、きりこはつかうないけれど
私はいつも今できる事を、精一杯自分で取り組みたい。今から何が生まれてくるか信じてるから。
- ② 1月下旬より、フランスへ勉強に行ってきます。今日は1月に食べるガレットデロア作りを学ぶので、もう1ヶ月
スケジュール(研修等)をとおこなう所です。2月24日回りはまだ阿蘇ちゃんかい水曜のフランス研修へ
行きます。いろんなことを学んで来ますので、多くのパンを準備して下さい。

K.O.