

新宿区で輝く人“シンジュクニスト”

shinjukunist



vol.4

CAPOLAVORO

鳥海 将彦 シェフ



色鮮やかで体想いの野菜イタリアン

高

田馬場でイタリア料理店を営むシェフの鳥海さんは、ミラノでの修行時代に野菜の素晴らしさと出会いました。

「朝から晩まで、毎日野菜だけを食べる日々。初めは物足りないなと思っていましたが、半年ほど経ったころ、体調が良くなっていることに気が付きました」

鳥海さんが働いていたのは、ミシュラン二つ星に輝くイタリア料理店。使う食材は野菜のみながら、世界のセレブ

も虜にする人気店だったので。

まかない料理ももちろん野菜を使った料理だけ。「食べ物で体が変わる」と自ら体験した鳥海さんは、日本に帰国し、高田馬場に野菜料理を中心としたお店をオープンすることになりました。

「一番大切にしているのは、「より自然に近い状態の食材を、お客様のもとへ料理として提供すること」。信頼している農家さんから、本当に良いものだけを仕入れているそうです。パスタやニョッキなど、どの料理でも無農薬野菜を存分に味わうことができますが、看板料理は前菜の盛り合わせ。色とりどりの野菜を使った料理が、お皿のうえで美術品のように整理しています。」

「野菜が届いたら、まず食べます。どう調理するかは食べてから考えます。同じ野菜でも収穫時期によって味が

いろんな人が行き来する高田馬場だからこそ、やりがいがあります!



鳥海 将彦

CAPOLAVOROシェフ。日本で修行した後、25歳でイタリアへ渡る。ミラノにある、ミシュラン二つ星に輝くレストランJOIAで4年間修行。セコンドシェフを務めた。2012年12月、高田馬場にCAPOLAVOROを開店。



CAPOLAVORO カーポラヴォーロ
新宿区高田馬場2-14-5
☎03-5287-5991
平日 11:00~14:30
17:30~22:00
土・日 11:00~14:30
17:00~22:00
☎なし MAP P.16-17 B-1

高田馬場で無農薬野菜のおいしさを発信し続けるシェフ

変わりますから、一つひとつが最もおいしいくなる食べ方で調理します」

調理方法は、野菜だけでなく、お客様にも合わせます。お客様や季節によっても変わります。お客様や季節によっても変わります。

メニューには、野菜料理だけでなく肉料理もそろっているのですが、女性でも男性でも、体に優しくきちんとおいしいイタリア料理を、心ゆくまで味わうことができます。

「高田馬場は学生の街ですが、食にこだわりのある大人の方も多んですよ。いろんな方と出会えるからこそ、やりがいがあります」
鳥海さんが手掛ける料理によって、みずみずしい野菜の本当の魅力を知られる方が少しずつ増えています。



自然の恵み12種 3,780円