

体にやさしく、心にうれしい、  
料理が生き方までも美しくしてくれらる。

## 二人の笑顔に ホツとする味わいがある。

肉魚卵を一切使わないという料理づくりへの「コンセプトをしっかりと持った村田大介さんと由恵さんのご夫妻が経営する、とてもユニークな菜食家庭料理の店「ゴーヴィンダス」を今回は訪ねた。

「食べ物には体の健康をつくるだけではない、心も食べ物がつくる」との考えから、タマネギやニンニクも使わないという。これは不思議なことではない、日本では禅寺で精進料理が食され、精神を清浄されると考えられている。



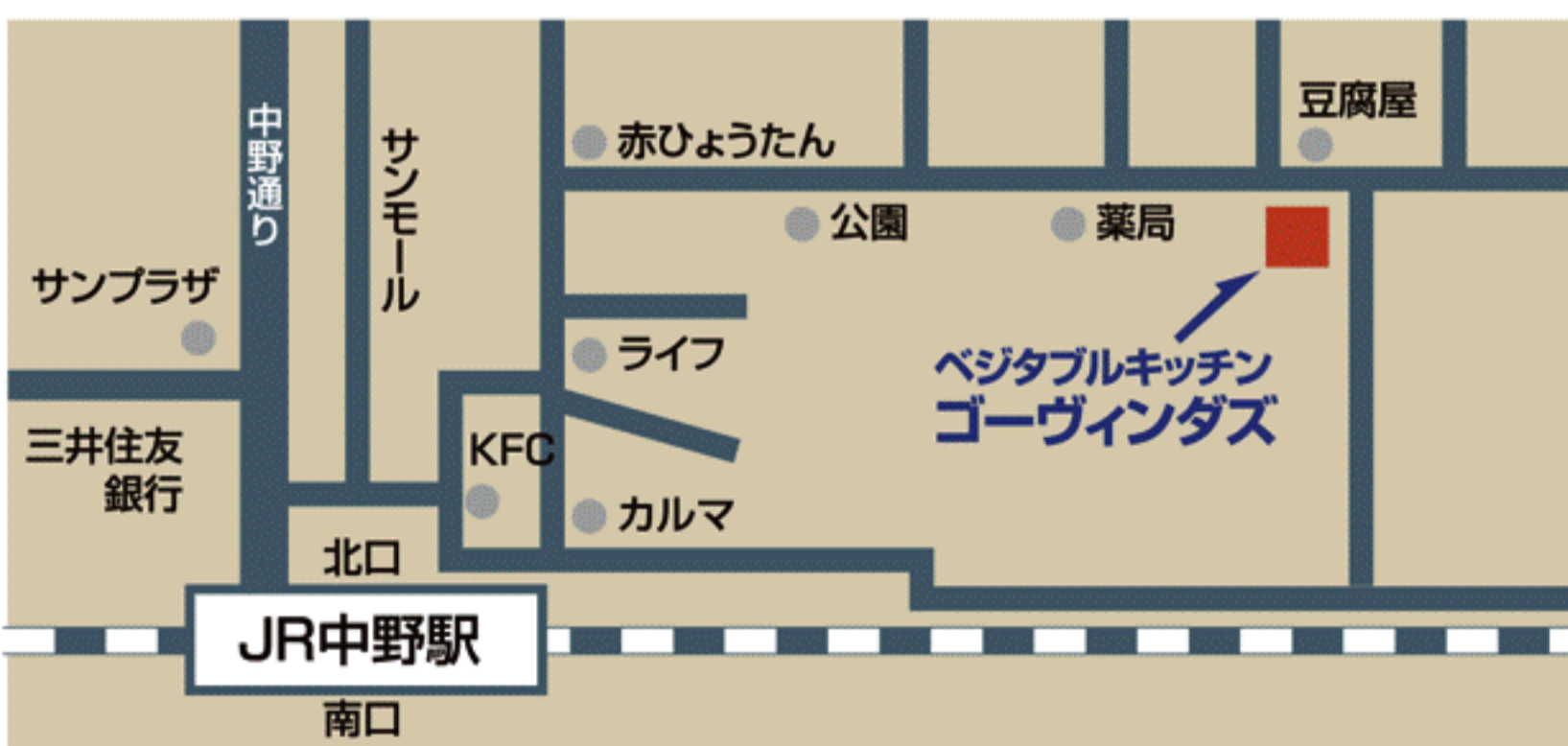
と料理づくりへの哲学を持っている。二人がハワイに滞在していた経験やインドとの出会いを通じて、このお店になった。

料理好きな由恵さんは、子どもの頃、おばあちゃんが作ってくれたおにぎりの味が忘れられず、大人になったらみんなが喜んでくれる料理をつくりたい、という夢を育んでいた。料理はつくる思いが一番大切。誰につくってあげるかが大切なのだと言う。だから小さくてもこの店がお気に入りとか。新鮮なスパイスの香りを生かしたバラエティ豊かな料理をメニューに用意。作りおきせず、注文を受けてからお客様の顔を見て作る。自家製のスナフツ(発芽もやし)はシャキシャキと瑞々しく、野菜は彼女の実家である岡山の母親が無農薬栽培したものが中心だ。出来上がった料理はカラフルに、そしておいしい。お客様は、その味に感動してくれると言う。ケークや、国内産石臼挽き全粒粉のパンも好評。もちろんドレッシングも、手づくりで無添加だ。

こんなこだわりをもった二人が選んだ水が、マルチピュアの浄水器。その理由を二人は語る。「浄水器はいろいろ使ってみたが、どれも納得しなかった。しかし、マルチピュアは違っていた。健康や食事に対する



考え方に共感した。家族のため、子どものために、本当に安心できる水を提供しようとする姿勢が、よかった。」



### 菜食家庭料理の店「ゴーヴィンダス」

東京都中野区中野 5-17-10

TEL.03-3387-8998

【営業時間】

月曜～金曜 12:00～15:00 18:00～21:00

土曜 12:00～21:00

日曜 12:00～20:00

年内無休(年末年始・夏期・5月連休) ※店内全席禁煙です。