

# 「ケアリングフード」の第一人者 藤春 幸治シェフ

藤春 幸治

エピキュール オーナーシェフ

シェフ歴 23 年 過去様々なレストランで天才シェフと言われ、数多くの有名店からのオファーを受けたが、『自分の体が喜ぶ料理こそ、本当の至福の料理！』という生涯の哲学を貫く為、2012 年日本初の『ケアリングフード』レストラン『EPICURE』を開店する。

彼の熱烈なファンは様々な有名病院のドクターや日本のトップアスリート、トップトレーナー、芸能人、文化人、経営者まで幅広い。

主な経歴

- ◇ 銀座ル・カフェブー
- ◇ ザ・ウェスティンホテル東京
- ◇ AUX BACCANALES 銀座
- ◇ 六本木ヒルズクラブ
- ◇ 白金ブルーポイント 総料理長
- ◇ ブルーポイント ベイ・ピラ・スパ総料理長（パリ）



食の情報があふれる中で、私たちはさらに新しい情報を求めている気がしませんか？

何か目新しい情報が無いかしら？画期的で驚くような…食材の成分や効果効能、調理法などなど。興味が途絶えることがありませんよね。私ももちろんその一人です。そんな私のアンテナにビビッと来たのが藤春幸治シェフです。聞くところによると異色のシェフ(?)とやら・・・そこで、彼の経営するレストラン【EPICURE】エピキュールにうかがいました。

彼が提唱するのは【ケアリングフード】

【ケアリングフード】とは多様なグルメの方々に対し、国別主流料理を前提にして苦手な食材は省きながら糖尿病や糖尿病予備軍、高血圧、心臓病、ダイエッター、アスリートなどあらゆる個食制限を厳守して調理したもの。

美味しく調理するのは勿論、食材の完璧な知識が無くては多様なグルメの意向に沿う事が出来ません。そこで栄養学的見地から色々と質問をさせていただきました。すると、糖質の事、油の事、インスリンの事にまで話が及びます。さらに、たんぱく質を壊さない調理技術、カロリーダウンの揚げ物を作る調理技術と知識に加えて技術もある。栄養学のみならず、免疫学的知識や TCA サイクルの話・・・と生理解剖学的に食をとらえておられます。

勿論その前に藤春シェフは料理のプロなのです。

知識を土台にして、お客様の希望に合わせて、本物の一流の料理が作れる人なのです。これにはかないません。

参った：

【ケアリングフード】の第一人者が提唱する【体が喜ぶ料理こそ、本当の至福の料理】という理念を世界中に普及しようとしておられる藤春幸治シェフに脱帽：





何と、運ばれてくる料理がキレイ。

まるで絵画のような色使いで視覚的に満足。そして良い香り！

ハーブの香りに癒されます。

勿論美味しい！

素材そのものが持つ甘味や酸味がしっかり主張しているのです。こんなにも、自分を生かされている食材ってすごい。しかし、一流のシェフならここまでは当たり前でしょう。

一つ目のお料理は、サツマイモをゆでて濾し、中にレンコンをソテーしたものを入れて巻き込み、サツマイモの皮でストライプのラインをかけています。それをトマトのうまみ成分グルタミン酸を寒天でジェル状にして覆っています。下に敷いてあるのは食用の花。

そして、お皿の底にはお湯に浸したハーブ（ラベンダー、カモミール、ローズヒップ）。

運ばれてきたときガラスのふたがしてあり、ふたを開けたら嗅覚が刺激されるのです。そして、鮮やかな黄色のサツマイモの上にかかるラインの赤。花々のカラフルな色彩で視覚が刺激を受けます。中に隠れていたレンコンでは食感を楽しむことが出来ました。そしてサツマイモの甘みとトマトの酸味が心にしみました。実は免疫力を上げることで注目のサツマイモのヤラピン、レンコンのムチンとグルタミン酸を意識しておられるのです。

二つ目のお料理は、秋の味覚さんまに竹炭パウダーを出汁に溶かしてゼラチンで固めたものでコーティング。さんまのEPAを損失しないよう低温調理していますが損失分はチアシードで補っています。さんまの中にはさんまの身とハーブのタルタルを作り入れてあります。周りにマキベリー、さんまの下には蕪のすりおろし、周りに蕪の葉のピューレが飾り付けてあります。



どちらのお料理も、見た目の美しさ、香り、食感を楽しむことができ、心が躍るお料理でした。

美味しいものを出すだけではなく身体に良いものを出す。

すべてのお客様を喜ばせるために各々の健康意識に合わせた提供が出来ること。

これが藤春幸治シェフの主張です。

(ALTA会長：福場 美知留)

CARING FOODは  
グルメが到達する  
最終料理です。



身体が求める至福の食事

Tailored for You

◎ CARING FOOD EPICURE

ケアリングフード エピキュール

<http://epicure-low.com/>

☎ 03-5422-7454

✉ CONTACT

東京都港区元麻布2-1-17

モダンフォルム 1F

## 食を極めた全てのグルメの皆様、 『ケアリングフード』遂に完成。

『ケアリングフード』とは、多様なグルメの方々に対し国別主流料理を前提にして苦手な食材は省きながら、糖尿病、糖尿病予備群、高血圧、心臓病、ダイエッター、アスリート、ボディビルダー、インド系や中国系のベジタリアン、ビーガン、マクロビオテック、自然食、ハラール、KOSHA などのあらゆる個食制限を厳守して調理されます。

『ケアリングフード』の創案者『藤春 幸治シェフ』は、全米トップ10シェフに選ばれ、大統領から『シェフSUKI』と指名される唯一の日本人シェフ『杉浦勝男』氏の縁戚関係にあり、唯一の理念継承者でもある。

元ビバリーヒルトン総料理長であり、米国歴代大統領、英国王室はじめ世界のKOSHAやハラールを厳守する王室、トップアーティスト、ハリウッドセレブ、トップアスリートからも絶大な信頼で指示をされ続けている杉浦氏の指導と理念を反映して『藤春シェフ』が遂に完成させた、食の世界では最高峰と言われる『ケアリングフード』を是非ご賞味ください。

## 『ケアリングフード』は2つのシーンでお楽しみいただけます。

[シーン\_1] ケアリングフード冷凍惣菜 エピキュール をご家庭で!!



低カロリー、低糖質、低脂質、低塩分、必須脂肪酸、抗酸化作用、食物繊維、高タンパク、トランス脂肪酸ゼロを重視して究極の成分バランスで創作されたEPICUREの冷凍惣菜『ケアリングフード』

[シーン\_2] ケアリングフード レストラン エピキュール で!!



EPICURE

東京都港区元麻布2-1-17モダンフォルム1F TEL & FAX : 03-5422-7454  
[全日] ランチ:11:30~15:00 LO14:00 デイナー:18:00~22:30 LO22:30

Access : 東京メトロ 広尾駅(日比谷線)1番出口 徒歩5分  
六本木駅(日比谷線)1C出口 徒歩10分

六本木ヒルズ グランドハイアットホテルから徒歩5分、テレ朝通り沿い、麻布消防署、  
中国大使館を過ぎて愛育病院交差点・交番の手前10メートル左側1階

株式会社CARINGFOOD  
<http://caringfood.jp>