

OUR CONCEPT: 農園から食卓へ

Farm to Table

Journal VOL.8

カフェと畑をつなぐ旅。スタッフの有機農業体験レポートをお届けします。

A Journey Connecting Our Café and the Farm. Here's our staff's organic farming report.



農業の未来を照らす若手農家の挑戦

有機農業を学ぶために向かったのは、神戸市西区のシーファームさん。代表のクリスさんは元プロ野球選手という経歴を持ち、本塁打王などの功績も残しているすごい方！現役時代にお米農家さんの元へ訪れたことがきっかけで農業に興味を持ち、引退後に農家としてキャリアをスタートされています。

農家とカフェ経営、二足のわらじ

元々、畑の隣で農業体験もできるカフェレストランを開きたいと考えておられたそうで、2022年に「C-farm Cafe」をオープンされました。有機野菜をふんだんに使った料理が並び、旬ごとの食材を味わうことができます。そこには「食」を入口に農業や食材に興味を持つ方を増やしたいというクリスの思いがありました。

五感で感じる有機農業のリアル

午前中はクリスさんのお話を聞き、有機農業の知識を学びました。午後からは農園作業を行い玉ねぎの苗植えや収穫体験に取り組みました。スタッフからは「実際にやってみないと学べないことが多い」、「農業の大変さを体験してこそ接客や調理に活かせる」といった感想があり貴重な経験をさせていただいたと感じます。



Hyogo Kobe C-FARM
兵庫県神戸市シーファーム
「食・体・住」を通して農業に触れてもらうことを念頭に置き、農業化学肥料を一切使わない有機農法で様々な野菜を育てています。神戸市の地域活動にも積極的に参加し、学校給食のオーガニック化や子どもたちへの食育授業など、有機農業の発展と農業課題の解決に取り組んでいます。
〒651-2266
兵庫県神戸市西区平野町印路 26-1
https://c-farm.jp/

C-FARM CAFE Using ingredients from Kobe
営業時間 火-金 11:00-16:00 土日祝 11:00-17:00
定休日 月曜日(祝日を除く)
所在地 シーファームと同一住所
電話番号 078-995-8859

HELLO! **HAT KOBE!**
地元ごはん、たべとう？

温泉食堂 TABETÔ
地元ごはん、たべとう？

NEW OPEN! - 世代を超えて愛される、地域密着型の温泉食堂を目指して -
マザームーンカフェの運営会社がプロデュースする新業態の飲食店「温泉食堂 Tabetô」がリニューアルした【awa awa KOBE】内にオープン！

地産地消にこだわった定食メニュー、サウナでとった後に食べたいサウナ飯、ジムの後に食べたいヘルシーなサラダボウルなど様々なメニューをご用意♪ドリンクはお隣の醸造所から直接注がれるフレッシュなクラフトビアや兵庫県のクラフトジン・ウイスキーなどのお酒に加え、ホエイや米糍ミルクを使用したヘルシーなおリジナルドリンクも楽しめます。もちろん、マザームーンカフェで人気のオムライスやバターミルクフライドチキン、スイーツもごございます。ぜひ新しくなったawa awa KOBEで、お風呂とお食事をゆっくりお楽しみください！



温泉食堂 Tabetô (タベトウ)
☎078-231-1181 📍 駐車場あり
神戸市中央区臨浜海岸通 1-3-3 awa awa KOBE 1F
OPEN 11:00 - 22:00 [Food L.O. 21:00 / Drink L.O. 21:30]
*BBQ テラス 2026.3.5 (木) オープン予定

FOLLOW US!
@shokudou_tabeto #温泉食堂 tabeto
新メニューなど最新情報も更新中！

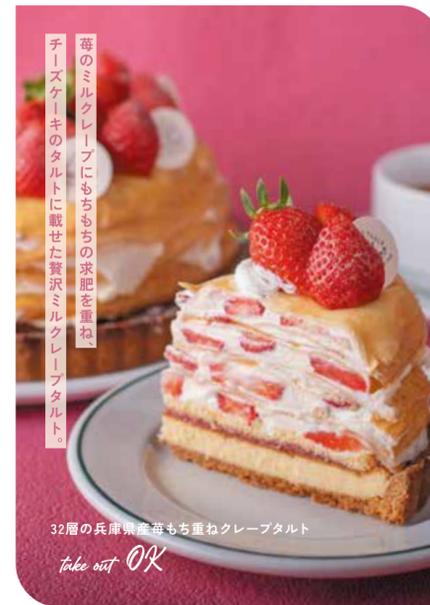


お風呂上がりにぴったりな、Tabetô限定スイーツメニューやお酒も充実！

Why So Delicious? #11

Blooming Sweetly at Winter's End.

春の気配を連れて、苺の季節がふたたびやってきました。上品なあまずっぱさ、みずみずしい香り。冬の終わりに、心ほどけるひとときを。



苺のミルクレープにもちもちの求肥を重ね、チーズケーキのタルトに載せた贅沢ミルクレープタルト。

32層の兵庫県産苺もち重ねクレープタルト take out OK



花びらのように苺を並べた贅沢なタルト。濃厚なクリームとみずみずしい苺のハーモニーを楽しんで。

兵庫県産苺たっぷりのタルト take out OK



新作のスイーツをインスタライブで紹介しています！
マザームーンカフェ グランドパティシエ 志々目 浩希
MMCケーキの紹介や素材へのこだわりなども発信しています！ぜひライブ配信もご覧ください。



地元神戸で育ったいちごをたっぷり味わう初春のスイーツ

毎年ご好評いただいている、MMC*の苺のケーキの季節が今年もやってきました。今年は、当店のコンセプトである「farm to table(農園から食卓へ)」をより身近に感じていただきたいという思いから、いつもお世話になっている地元生産者の方々から育てた苺を使用しています。今回、苺を届けてくださるのは、神戸市北区の「すまいるふぁーむ 藤本」さん、「東馬場農園」さん、そして神戸市西区の「神戸農園ハレいろ」さんです。どの農園から、どの品種の苺が届くかは、その時々のお楽しみ。ぜひ店頭での出会いをお楽しみください。ケーキを味わいながら、野菜や果物を丁寧に育ててくださる生産者の方々にもそっと思いを巡らせていただければ幸いです。

Picked locally! 🍓
※仕入れの都合上、兵庫県産苺等のご提供は1月中旬以降、神戸エリアの店舗限定となります。兵庫県産苺の入荷前、また他エリアの店舗では、あまおう苺を使用します。
※店舗により、販売するケーキの種類や開始日が異なります。なお、未販売の商品は順次提供を予定しております。詳細は店舗スタッフへお問い合わせください。

next seasonal cakes is... 次回のシーズンケーキは...

いちごのタルト 第三弾! お楽しみに! coming soon!

- main** 兵庫 香住ガニのクリームコロッケ ~蟹みそとパプリカのクリームフェットー~
- special deli** 鶏もも肉とブラウンマッシュルーム ママン特製スイス風クリーム煮込み
- salad** 淡路島森農園のミックスリーフと 季節野菜のファーマーズサラダ
- deli** アルペンマカロニ 林檎と紫キャベツのピクルス 林檎とオリーブオイルのコンディマン
- seasonal soup** 季節のスープ



OTONA's OKOSAMA PLATE 2025 WINTER 第四弾 ~但馬×スイス~

兵庫五国の恵みと各国のお料理を融合させた、「ひょうご五国と旅する大人のお子様ランチ」第四弾は但馬×スイス！メインディッシュは香住ガニを使用したカニクリームコロッケ。蟹味噌を使ったクリームと一緒に仕上げがおすすめです。スイスのママン直伝レシピを再現した鶏もも肉とブラウンマッシュルームのクリーム煮込みは、濃厚で満足感のある一品。デリには、マカロニとじゃがいもをたっぷりのチーズと絡めたアルプス山岳地方の定番料理アルペンマカロニと、林檎とオリーブオイルのコンディマン、林檎と紫キャベツのピクルス。その他にも淡路島森農園から届く季節野菜のファーマーズサラダなど、この季節だけの贅沢なワンプレートランチです。ぜひご賞味ください。

※画像はイメージです。店舗によって内容が異なる場合があります。 ※仕入れにより内容が変更となる場合があります。

CHEF'S COLUMN MOTHER MOON KITCHEN #8 冬は“音”がよく聞こえる季節

冬の朝、まだ店が静かなうちに厨房に立つと、最初に届くのは“音”です。鍋のコトコトというやわらかな振動。包丁がまな板を叩く一定のリズム。挽きたてのコーヒーから湯気がふわっと立ちのぼる瞬間。冬は、こうした音が少し澄んで聞こえます。

仕込みのスープから上がる湯気は、温度差がつくる景色。外の冷たい空気と、鍋の中の熱。その対比が、料理にも人にも“見えぬ熱”を灯してくれるように、僕はこの季節の仕込みがけっこう好きです。

ホールにも、冬ならではの音があります。温かいプレート運ぶスタッフの足音。扉の開閉に合わせて流れ込む冷たい空気。

「寒いですね」と交わされる小さな会話、コーヒーをひと口飲んでほっと息をつくお客様の仕草。料理を届ける側の温度と、受け取る側の温度がふっと重なる瞬間が、冬は多い気がします。

冬野菜はゆっくり育ちます。大根や蕪、玉ねぎが時間をかけて甘くなるように、丁寧なサービスや心配りも、急がず積み重ねた方が深くなる。そんな当たり前を、冬はそっと思い出させてくれます。

忙しい季節ではありますが、どうか“音”と“温度”に耳を澄ませながら、ゆっくり温まる時間を過ごしていただければと思います。

written by 泉シェフ
「Instagramで自社農園での活動を発信しています！」
#半農半料理人 #gotofarmproject
Follow me! @mmc_izumi