



RenDorf
NATURAL FOODS SHOP



地産外消プロジェクト



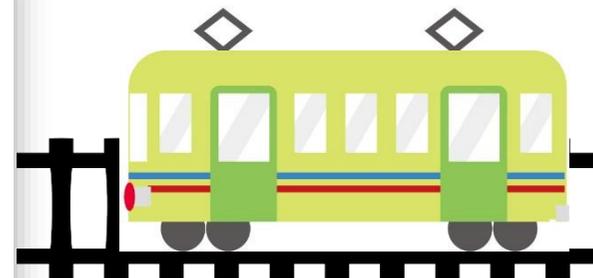
素晴らしい生産者と素晴らしいお客様の出会いの場をレンドルフは作ります。
ぜひ、他では買えない私だけ、あなただけの商品を見つけてください。



たまプラーザにあるオーガニックパンのお店

Bio Complet ビオ・コンプレ

横浜市青葉区たまプラーザ駅から徒歩約6分のところに、「Bio Complet ビオ・コンプレ」さんのお店があります。青葉区は知る人ぞ知る！パン屋さんの激戦区で有名な街です。Bioコンプレさんのパンは、材料はオーガニックのものを使い、工房で自家製粉するほど、こだわりをもって作っています。全粒粉の100%配合のパンは、香り豊かで噛めば噛むほど小麦の旨みを感じられ、心も幸せになれる！また、食べたくなる！美味しいパンです。



たまプラーザ駅は、渋谷駅直結の田園都市線の急行停車駅です。

「たまプラーザ」というと、古い話ですが(^_^;)・・・1983年に社会現象をも巻き起こした、大ヒットドラマ「キンツマ」こと「金曜日の妻たちへ」の舞台となった街でもあります。

現在は都市計画により、宅地・道路・駅周辺の商業施設等の整備によって、住む人たちの安全な環境が配慮され、おしゃれな街として奥様方の憧れ！超～人気の街として、吉祥寺や二子玉川と並び、「住みたい街ランキング」でも、上位クラスの常連組となっています。

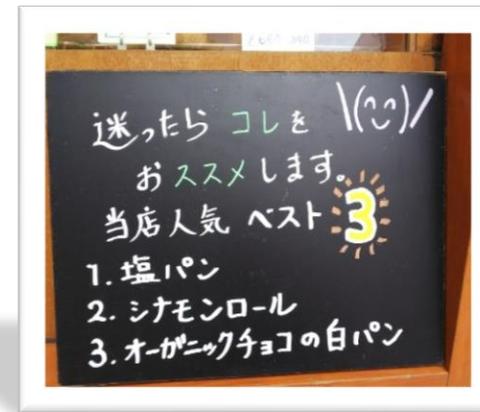


駅前の道をほどよく歩き、二つ目の信号を左折すると、青々と茂った桜並み木道にさしかかります。木漏れ日の中を2~3分歩くと、菅野オーナーの似顔絵のイラストが描かれた、カワイイ♪看板が置いてあるお店が、見えてきます。



ひときわ目立つ水色の屋根と、木製の対面式の可愛らしい♥外観のお店です。焼きたてのパンがたくさん並んでいます。お店のまわりは、手書きのお知らせPOPで飾られています！

おしゃれな看板は、すべて手がきです！



菅野オーナーの
似顔絵！

Bio Complet ビオ・コンプレへの想い

店名の『Bio Complet ビオ・コンプレ』は、

フランス語で「Bio オーガニック」「Complet 完全な」という意味です。



全ての食材はオーガニックのものを使い、ほとんどのパンを工房で自家製粉するほどの、こだわりをもって作っています。オーナーの管野さんは、開業する前は大手飲食店の店長でした。出張や勤務先での食べ歩きが好きで、いろいろなお店に足を運んだそうです。『今までの飲食業界で見てきた食の現状に不安を抱え、このまま一生勤めていいのか・・・』と悩んでいたときに、“日本で一番おいしいと思えるパン屋”さんとの出会いが、新しい一步を踏み出すきっかけとなりました。『自分も、尊敬するあのパン屋さんのように素材にこだわり、安全で安心して食べられることのできるおいしいパンを作りたい！』と強い想いから会社を退職して、一からのパン作りを「あこ天然酵母」さんに勤務したのち、無添加パン業界の重鎮、廣瀬さんの元での厳しい修業も経て、パリに渡り、バケットコンクールで優勝したプーランシェリー店での修業後、2014年3月に個性的な自分のパンの魅力が活かされるようにとあえて、パン屋激戦区のだまプラザを選んで開店されました。

(地域で見つけるエコの種:森ノオトさんのHPより抜粋)



オーガニックパンへのこだわり



●有機JAS玄麦(カナダ産)を店舗の石臼で自家製粉して、小麦の外皮(ふすま)の部分も含めて丸ごと使っている、全粒粉の100%の粉を使用しています。本来栄養素として高い部分は、同時に残留農薬の恐れも高いので、無農薬のものを選びました。また、一部の商品には、小麦精白粉も使用しますが、こちらは、平和製粉様の有機JAS認定の製粉工場で作られています。

●一般の製パン用粉は、製粉後も数ヶ月～1年程の消費期限が、設けられているものが多いです。皆様のご家庭で、お召し上がりになるお米も、精米したてが美味しいように、小麦も製粉直後から酸化が始まります。製粉間もない小麦粉の風味を味わっていただきたい。少しでも美味しいパンをとという思いで、工房での自家製粉に取り組めます。基本的に、製粉後1週間以内で製パンにします。

●副材料も安全な食材を使用します。穀類では、無農薬栽培など、少しでも安全食材を選び、使用します。しかし、現時点では有機のものが手に入らないバターは、国産バターを使用します。また、主要アレルゲンの卵は全てのパンに使用していません。

●長時間熟成発酵です。焼き上げの2日前までには種を仕込み、前日に生地を作り、一晩ゆっくり発酵させて、旨みをじっくり引出した味わい深いパンになります。

●一般に流通している小麦粉と違い、複数の粉のブレンドやアスコルビン酸等の添加物が使用されておらず、小麦の状態が一定ではありません。そのため、同じ重量でもボリュームの大小があります。仕込みでの調整はしますが、小麦粉の性質上、ばらつきがでます。





工房で、石臼を使って自家製粉しています。
小麦の外皮（ふすま・胚芽）の部分も含めた全粒粉の100%の粉を使用しています。



すべてのパンは長時間熟成醗酵です。
焼き上げの2日前までには種を仕込み、生地は前日に作ります。そして、一晩ゆっくりと
発酵させてから焼き上げます。旨みをじっくり引き出した味わい深いパン作りをしています。

♡菅野オーナーの想いに感動！そして、リスペクトしちゃいました♡

★ビオコンプレさんのお店の前で、菅野オーナーと大西店長のツーショット♡



昨年8月にBio Comple ビオ・コンプレさんを訪問いたしました！(^^)とっても真面目で、真摯にパン作りに取り組んでいらっしゃる菅野オーナー。全て、オーガニックにこだわり、新鮮なものをお届けするために、石臼で自家製粉するというこだわり！ また、とっても優しいお人柄が、パンの味にもあらわれていて、本当にやさしい！美味しい！パンですよ。全粒粉の100%のパンで、ここまで美味しくパンを焼く方を他に私は知りません！！(^。^) そして、特別に限定入荷させていただけることになりました！(^_^)b 不定期につきご予約、お問い合わせは当店まで。



♡一番食べたいのは私で～す(^_^)v by 大西美也子



《新発売》 ビオ・コンプレさんのオーガニックパンの初入荷！

2017年9月19日

オーガニックの無添加パン「Bio Complet ビオ・コンプレ」の菅野オーナーがパンを運んで来てくれました。自家製粉有機素材のこだわりパンです♪ パン好きにはたまりせん(^^)

「今回は出来たてを食べていただきたい」という想いで、菅野オーナー自らパン満載のカートを引き、電車に来ていただきました！ MIYAKO~大感激！！ 嬉△(@_@)



パン満載のカートを引いて👉電車に来て下さいました(o_o)
お疲れさまでした (_)

菅野オーナー様♥ありがとうございます(T_T)
by MIYAKO



焼きたてこだわりの美味しい！！パンです。食べたらずみつきになります

ビオコンプレさんのこだわり♥オーガニックパン

塩パン



人気NO.2有機全粒粉と有機小麦のブレンド「パンドミ」の柔らかい生地をベースに有塩バターを巻き込んで、ちょっぴりお塩をトッピング。クセになる風味です。

全粒粉のバターロール



人気NO.1有機全粒粉100%配合。全粒粉使用なのにこの柔らかさ♪焼きたての粉の香りと甘みが口いっぱい広がります。

パンドミ



有機全粒粉と有機小麦のブレンド。ソフトな生地ですが、トーストをするとサクッとしてほのかな甘い香りと口溶けのよさが特徴です。

ノアザンハーフ



有機全粒粉100%配合。堅そうに見えますが、しっとりとした生地には有機レーズンと甘みと有機クルミの豊かな香りがギュッと濃縮されたハード系人気NO.1の商品です。

くるみパン



人気NO.2有機全粒粉と有機小麦のブレンド「パンドミ」の柔らかい生地をベースに有塩バターを巻き込んで、ちょっぴりお塩をトッピング。クセになる風味です。

レーズンとクランベリー



有機全粒粉と有機小麦のブレンド。クランベリーと爽やかな酸味とレーズンが絶妙。フルーツ好きにはコレ♥

アールグレイとレモン



有機全粒粉100%配合。香り豊かな有機アールグレイ茶葉と爽やかな甘さの有機レモンピールのペアでふんわりと焼き上げました。今年の新作旬のパンです。





MIYAちゃんの『パンの豆知識』



パンの誕生

パンの歴史はとっても古く、その始まりは紀元前6000年前までさかのぼります。最も古いパンの記録は古代メソポタミアで、小麦粉を水でこねて焼いただけの、お煎餅のような平焼きパンが作られていました。その後、なんらかの偶然でパンの発酵がおき、紀元前4000年頃のエジプトで既に、発酵させたパンが焼かれ始めたと言われています。パンから発見された「発酵」という現象は後にギリシャに渡り、のちにワイン作りにいかされることとなります。紀元前300年頃にヨーロッパに渡ったパンは、主食用のシンプルなタイプに加え、果実やバターやミルクなどが加えられたリッチなタイプも作られるようになりました。

日本のパンの歴史

パンが日本に渡ったのは、16世紀半ばの室町時代でした。鉄砲やキリスト教と一緒にポルトガルから伝わってきたパンですが、当時は小麦粉の値段が米よりも高く、パンの技術はなかなか普及しなかったようです。江戸時代に入ると、長崎でビスケットの制作と輸出が盛んになり、それと同時に菓子としてのパンが日本に広まりました。明治2年に日本で初めてのパン屋さんである「木村屋総本店」が開業し、「あんぱん」が大ヒットとなります。現在のようなデニッシュやリッチなパンが作られるようになったのは、2度の大きな世界大戦の後になります。欧米から伝わってきた焼き釜や培養イースト菌によってパンの大量生産が可能になり、パンの工業化がもたらされました。

「DK 進化する暮らし」より記載



世界の代表的なパン

フランス	イタリア	ドイツ	イギリス	デンマーク	アメリカ	日本
バケット パン・ド・カンパーニュ クロワッサン パン・オ・ショコラ ブリオッシュ クグロフ	フォカッチャ チャバタ グリッシーニ パニーニ	プレンチェル ライ麦パン カイザー・ゼンメル	スコーン イギリスパン (山型食パン) イングリッシュマフィン	デニッシュ ペストリー	食パン ロールパン ベーグル シナモンロール	メロンパン カレーパン あんぱん クリームパン ジャムパン

「パン食普及協議会 パンのはなし」より記載