

ごま油の四季



冬の号

106

2012 Winter
The Seasons of Sesame Oil by TAKEMOTO YUSHI CO., LTD.

特集◎ 素材の味を大切にしたいから

「太白胡麻油 × スイーツ」



連載◎ **ごま油、私の四季** フランス菓子16区 三嶋隆夫

天ぷらを食べに ふく西 禅と匠

シンプルだから、ごま油 ウー・ウェン

ごま油と「調理学」堀 知佐子



2010年、2011年、2012年
 モンドセレクション金賞3年連続受賞



300gシリーズ

太香胡麻油 濃口

太香胡麻油のさらに濃口タイプ。ごまをじっくり時間をかけて焙煎してから搾り、濃い褐色で香り高いごま油に仕上げられています。中国料理や韓国料理の香りづけにぴったりで、ごまの香ばしい香りが立ちのぼります。

太香胡麻油

ごま油の常識を打ち破るような澄んだ琥珀色の色合いと、上品な芳香。その理由は、ごまをほんのり軽く煎ってから搾っているためです。ほのかに香り、料理にうまみを添えるので、和食の素材の繊細な味も引き立てます。

太白胡麻油

白ワインのように透き通った色なのは、上質なごまを生搾りしたフレッシュオイルだから。うまみたっぷりなので、オリブオイル感覚で気軽にお使いください。プロの料理人さんにも人気の逸品です。

◎太白・太香は登録商標です。 ◎モンドセレクション金賞3年連続受賞商品は太香胡麻油300gです。

通信販売も承っております。フリーダイヤル、またはホームページをご利用ください。

0120-77-1150 ホームページ <http://www.gomaabura.jp/>

竹本油脂 株式会社

第一事業部・中部営業部/愛知県蒲郡市浜町11 ☎0533-68-2116

東京営業部/東京都中央区日本橋1-7-11 日本橋東ビル ☎03-3271-4403

大阪営業部/大阪市中央区南本町4-5-20 住宅金融支援機構・住友生命ビル ☎06-6243-3305

福岡「フランス菓子16区」三嶋隆夫さんがつくる

奄美黒糖ロール



フランス菓子16区

福岡市中央区薬院4-20-10

☎092-531-3011

営業時間：9:00～20:00

(喫茶コーナー 10:00～19:30)

月休（祝日の場合は翌日休）

地下鉄七隈線薬院大通駅◎徒歩4分、

JR博多駅◎車10分 <http://www.16ku.jp/>

開業以来30数年、素材の持ち味を引きだし、鮮度を大切にするポリシーを貫き、フランス修業時代に考案したダックワーズやマロンパイ、ブルーベリーパイなどのスペシャリテで広く知られる日本屈指の菓子職人。奄美黒糖ロール 399円、ピエライユ・ショコラ24個入り 1260円、40個入り2100円。



薬院の閑静な住宅街に立地。「お客様にゆったりとお菓子を選んでいただきたい」という思いを込めた店内には、旬の素材の多彩なお菓子が並ぶ。衛生面やスタッフの働きやすさを追求した厨房は、業界でも「洋菓子店の理想の厨房」と評される。



1944年生まれ。帝国ホテルを経て、スイス、フランスで修業を重ね、パリ16区の「アクトゥール」ではシェフを務めた。1980年に「フランス菓子16区」を開店。平成19年度「現代の名工」受賞。

ピエライユ・ショコラ (生チョコレート)

1 クーベルチュール・ノワール (カカオ分72%)、クーベルチュール・オレ (カカオ分38%) 各2000gを刻み、沸騰させた生クリーム (乳脂肪分35%) 2410gを加えて混ぜる。カカオバター 400g、太白胡麻油 320gを加えて混ぜ、転化糖400g、ソミュール・トリプルセック480g、オレンジペースト600gを順に加える。真空攪拌器にかけて乳化させる。
2 厚さ1cmに流して固める。1cm角にカットし、カカオパウダーをまぶす。
※約1920個分 (24個入り×80箱)

黒糖や抹茶、果物：には 太白胡麻油が調和する

野性味があり、まるで潮の香りがするような奄美大島の黒糖。この味と香りを生かすために、ロール生地以太白胡麻油を使うようになった。生地のキメが細かく均一に浮き、フワッと柔らかく、なおかつしっとり焼きあがる。口溶けもよく、黒糖の味と香りがパツと広がる。

「こんなに黒糖の味がストリートにでてくるのであれば、フルーツの香りも引き立ててくれると思いました。無味無臭で無色、ごま油ではあっても、ごまの味と香りを一切感じさせないところがいいですね」

と三嶋隆夫シェフ。人気の生チョコレート「ピエライユ・ショコラ」にも太白胡麻油を使うと、気になってきたカカオバターの匂いを抑えられ、オレンジが香り立つようになった。何より、すっきりした口溶けに驚いたという。「チョコレートはそもそも植物、だから油脂も植物性のほうがなじみがいいですね。太白胡麻油だと非常によくなじみ、乳化状態がよかった」

抹茶のトリュフショコラにも太白胡麻油を少量加えると、締まる感じがやわらぎ、口溶けがよくなったそうだと、「植物素材には植物の油脂が自然となじむ。私はバターの香りが大好きなんですけど、バターの香りを必要とせず、フルーツなど他の素材の香りを主役にしたものには、太白胡麻油の可能性は広がると思っています」

カヴァイオンメロンや奄美パッションフルーツの生チョコをはじめ、同店には生産者との絆と、食材と真剣に向き合う三嶋シェフの生きざまから生まれた菓子が数多くある。食材を引き立てる太白胡麻油もまた、三嶋シェフの菓子づくりに欠かせない食材のひとつだ。

奄美黒糖ロール

材料 6取り天板1枚分=2本分

ロール生地/A [卵黄194g 黒糖110g] B [卵白310g 黒糖130g] C [薄力粉64g 米粉18g 葛粉9g] 太白胡麻油80g
黒糖クリーム/生クリーム(乳脂肪分40%)400g 黒糖40g 仕上げ/黒糖適量 粉糖、金粉適量

- 1 Aを混ぜ合わせる。Bでメレンゲを泡立て、Aに加えて混ぜる。合わせてふるったCを加えて混ぜ、太白胡麻油を加えて混ぜる。天板に流し、180°Cのオープンで約20分焼成する。
- 2 黒糖クリームの生クリームと黒糖を8分立てにする。
- 3 生地の焼き面を下にして2の黒糖クリーム320gをのばし、黒糖をふる。ロールに巻いて2本に切り分け、冷蔵庫で締める。厚さ4cmにカットし、粉糖をふる。残りの黒糖クリームを上面に絞る。チョコレートを飾り、金粉をふる。

製菓用 太白胡麻油
1650g
PETボトル



特集◎素材の味を大切にしたいから

太白胡麻油 × スイーツ

お菓子づくりに必須の油脂。その油脂として「太白胡麻油」が注目されているのは、植物油なのでヘルシー、ほぼ無味無臭でうまみが豊かなため。液体油脂なので常温でも固化せず生地のソフト感が増し、バターに比べて酸化劣敗しにくいのでお菓子のいい風味も長持ち。全国のパティスリーで太白胡麻油を使ったおいしいスイーツがつけられています！

濱田リング



看板商品の焼きドーナツが、太白胡麻油でしっかりと口溶けよくなりました。

オーナーシェフ
濱田一郎さん

濱田リングは8種類。他に月替りで1種類登場する。手前から、スパイシーチーズ&バジル189円、プレーン158円、キャラメルカフェ、抹茶、チョコレート各168円、ストロベリー、ラムレーズン189円

素材の味が引き立ち
しっかりと軽い口溶けに

「濱田リング」に太白胡麻油を使うようになったのは3年前。「ストロベリー、抹茶など、各々のフレーバーが引き立つことに驚きました。さらに体にいいオイルと聞いて、これは使わなければ!と思った」と濱田シェフ。種類によりバターの配合の1/4〜1/6量を太白胡麻油に置き換え、溶かしバターと合わせてから混ぜ込んでいる。「しっかりと口溶けがよくなりました」。今後ジェノワーズ生地や酒のトリュフにも試すつもりという。

オペラ本店

福岡市東区筥松新町
4-12 1F ☎092-611-1197 ☎9:30~20:00 火(祝日の場合は翌日休) JR篠栗線袖須駅◎徒歩15分 <http://www.opera-sweets.com/>

濱田リングにはムースを組み合わせた「生」「アイス」バージョンもあり。通販可能。





京都・ブルージュ京都洛北では**マフィン、ロールケーキ**に使ってます！

マフィン

手前からプレーン170円、抹茶黒豆、チョコバナナ、塩キャラメル各190円



マフィンは20種類以上もあり、まだ店舗を構える前、ワゴン車で移動販売をスタートした当初からの人気スベチャリテ。

オーナーシェフ
柳本宗義さん



中のクリームと一体となって口の中で柔らかく溶ける、スフレロールができました。



ブルージュ京都洛北

京都市左京区岩倉長谷町1050
☎075-201-9069 🕒11:00～18:00
📍月 叡山電鉄岩倉駅◎車5分
<http://www.brugge-rakuhoku.com/>
京都の洛北にある店舗を拠点に、ワゴン車ブルージュ号で移動販売。全国への通販、イベント出店も人気。

スフレ生ロール



通販サイトで爆発的な人気を集め、同店の名を全国に知らしめた逸品。2480円(送料込)

ロール生地づくり方 / 1 牛乳600g、卵黄240g、和三盆糖48g、薄力粉100gでクレーム・パティシエールを炊く。2 1に太白胡麻油80gを加え、漉す。3 卵白290g、和三盆糖72gを軽く角が立つまで泡立てる。4 2と3のメレンゲをしっかりと混ぜ合わせる。5 天板に流し、200℃のオーブンで約22分焼成する。
※天板1枚=長さ18cm 3本分



ロールはふんわり、マフィンはしっとり

「スフレ生ロールの開発にあたり、もっとふんわりさせて、時間がたっても締まりにくい生地にしたいと思い、太白胡麻油を使ってみました。フワッと口溶けよく、冷凍配送して翌日以降に食べても、柔らかな食感が変わりません」と話す柳本シェフ。バターの全量を太白胡麻油に換え、水分量は牛乳を減らして調整。和三盆の味と香りがよくでるようになったという。「シフォンなど、他にも和三盆や本和香糖を使う生地に試したい。糖のkokがでて風味豊かに焼きあがると思います」

太白胡麻油を使うようになったのは、実はマフィンのほうが先。「しっとり、さっぱり、うまみ倍増！とでもおいしくなった」。マフィンを開発したパン担当の勝西修シェフによると、以前から太白胡麻油をパンの焼成後に塗っていたことから、生地の柔らかさを保てることに興味をもち、配合を完成。「シユトーレンの仕上げにも太白胡麻油を塗っています。太白胡麻油に換えてから、マフィンもシユトーレンも売上げが大きく伸びた。それが答えだと思っています」。



愛知・ダウニークラシックでは **スポンジ生地、シュー、 フォンダンショコラ、ミルクレープ**に使っています！



チーフパティシエ
米倉友憲さん

生地には太白胡麻油を入ると、冷蔵庫から出してすぐでも柔らかく、おいしいんです。

フォンダンDショコラの作り方
1 クーベルチュール・ノワール(カカオ分70%) 900g、クーベルチュール・ミルク(カカオ分37%) 300gを刻み、沸騰させた生クリーム(乳脂肪分37%) 1100gを加えて乳化させる。**2** バター、太白胡麻油各220gを順に加えてさらに乳化させる。**3** 卵黄800g、グラニュー糖380gを空気を入れないように混ぜ、湯煎にかけてグラニュー糖を溶かし、コーンスターチ100gを加えて混ぜる。**4** 2と3を混ぜ合わせ、型に流す。160℃のオーブンで約40分湯煎焼きする。
 ※34cm×4cm×高さ4cm型8本分



クラシックシュー
160円



苺のショートケーキ
苺のショコラショート
各380円



ダウニークラシック

愛知県日進市岩崎町野田18-170
 ☎0561-75-5432 🕒10:00～21:00
 🚗無 東部丘陵線(リニモ) 秋ヶ池公園駅
 ◎車10分 <http://www.downey.co.jp/>
 カリフォルニアテイストのカフェがコンセプト。他に名古屋市を中心に6店を展開、オーストラリアにも支店あり。



クラシックミルクレープ
400円



フォンダンDショコラ
880円

冷蔵してもソフトな 生地をめざして

「ジェノワーズ生地を柔らかくしたいと思い、太白胡麻油を使いはじめました」という米倉シェフ。お客の要望から、冷えてもソフトな生地を目指し、バターの4割程度を太白胡麻油に置き換えている。「牛乳の多い配合ですが、乳化状態が安定し火通りもよくなって、焼成時間が3〜4分短縮しました」。苺のショートケーキ、苺のショコラショートのスポンジの他、カフェメニューのシフォンにも太白胡麻油を使っている。

同様に生地の柔らかさを求めて、クラシックミルクレープはバターの全量を太白胡麻油に置き換えた。「もっちり感もでておいしくなりました」。クラシックシューではバターの4割程度を置き換えると、柔らかく軽い焼きあがりになった。「シューは手頃な価格設定のおやつ。コストダウンにつながったことも、太白胡麻油を使う大きな理由」と話す。フォンダンDショコラは、開発当初から太白胡麻油を使って配合を調整した一品。冷蔵庫から出した直後でも、締まらず、柔らかく口溶けのいい状態を狙っている。



つくば・コート・ダジュールでは **シフォン、焼きドーナツ** に使ってます！



ドーナツ

油脂分の半量を太白胡麻油に置き換え、生クリームで風味をアップ。プレーン、抹茶、きな粉の焼きドーナツ各180円



北条米シフォン

地域の北条米でつくるシンプルなシフォンでは、太白胡麻油のうまみが生きる。時折、歯に触れる米のカリッとした歯触りが個性的。1000円



オーナーシェフ
中山満男さん

口当たりのよさが一番ですが、混ぜりやすく扱いがラクで作業性も向上しました。



コート・ダジュール

茨城県つくば市東新井19-26

☎029-858-3094 🕒9:30～19:30 🔥火 つくばエクスプレスつくば駅◎徒歩9分 <http://la-cotedazur.jp/>

一口大の半生チーズケーキ「はんじゅくちーズ」で有名な超人気店。つくば市内に他2店の支店がある。焼き菓子は通販OK。



スポンジ生地にも使ってます！

イチゴショート「フリーズフリーズ」370円のスポンジ生地にも、太白胡麻油が使われている。冷蔵しても軽やかな口当たりを保てるのが一番のメリット。牛乳を加えて乳味感を添えるのがポイント。

軽やかでうまみがある
だから太白胡麻油がいい

中山シェフがつくるのは、「子どもが毎日食べたくなる」ような普段着のケーキ。そのため強烈なインパクトのあるケーキより、食べ飽きない、やさしい表現が必要とされる。

「太白胡麻油は低温でも柔らかな食感を維持してくれるのがいいところ」

バターは常温では固化する。つまり冷めると生地が締まり、ケーキとしてはそれが口当たりの重さにつながる。ところが太白胡麻油はもともと液体油脂なので、ふんわり焼きあがった生地が締まりにくい。だから食べた時に食感が軽やかなのだ。油脂の配合量としては、基本的にバターをそのまま太白胡麻油に置き換えてまったく問題はない。ただし、太白胡麻油は無味無臭で、それがどんな素材も引き立てるという長所につながるが、際立った風味はない。それを補うために、中山シェフは牛乳や生クリームで乳味感をプラスするのがよいとアドバイスする。たとえば「ドーナツ」の場合、太白胡麻油1:5に対して、生クリーム0:6を合わせてミルクィな風味をもたせている。



東京駅、品川駅のエキナカで人気の

パティスリー「風と土」のロールケーキにも太白胡麻油が使われています！



銀六ロール

定番の銀六ロール1050円。季節限定でイチゴ、チョコ、白桃、栗、宇治抹茶なども登場！

**太白胡麻油だから
国産小麦と雑穀が生きる**
パティスリー「風と土」のコンセプトは、「お菓子は風土にあり」。国産素材にこだわり、一番人気のロールケーキも国産の全粒小麦粉、赤米やいなぎびといった雑穀粉で生地をつくるオリジナル。スポンジやシフォンなどのふんわり系生地をつくる場合、国産小麦粉や雑穀粉は生地が硬くなったり、ポロポロしたりしやすく扱いづらい素材で、

配合や工程をアレンジすることが必須。そこで上村シェフが選んだのは、太白胡麻油だ。「バターは溶かして混ぜる時には液体でも、焼成後に冷蔵ケースに入れると固化して、それが生地の締まりにつながります。でも太白胡麻油は液体油脂だから、生地がずっといい状態で持続します」。雑穀のほろほろした質感を楽しめ、かつ生地全体はしっとりとした焼きあがる独自のロール生地は、上村シェフの自信作だ。



シェフ・パティシエ
上村卓也さん

太白胡麻油がなければ、このロールは完成しませんでした。新商品も開発中です！

パティスリー「風と土」銀座本店

東京都中央区銀座6-4-8 ☎03-6228-5731
🕒11:00～23:00(土～19:00) 📅日(祝日は不定休)
東京メトロ銀座駅◎徒歩3分
<http://www.kazetotsuchi.com/>

JR品川駅「エキユート品川サウス」、JR東京駅改札内(南通路3・4番線と5・6番線ホーム階段下)の支店でも、銀六ロールは売り切れ必至の大人気。



ラ・レネットの フリアン

愛知・豊明

アーモンドパウダーをふんだんに使い、しっとり柔らかく焼きあげたフリアン。ギフト用でもあり、賞味期限を長めにする焼き菓子ゆえに、「バターでなく太白胡麻油でつくと、焼成後の油脂の酸化劣化が少なく、日数がたっても味がわりにくい」と原田義弘シェフ。それぞれのフレーバーをすっきりと引き立てるのも、太白胡麻油ならではの。バナナ、チョコ、マロン各150円

ラ・レネット

愛知県豊明市西川町荒巻64-4
☎0562-95-2010
🕒10:00～20:00 📅休
名鉄名古屋本線豊明駅◎車10分
<http://www.la-reinette.com/>

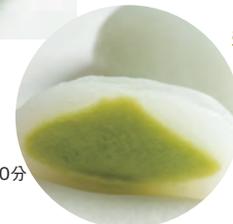


パレットの 生ジャムずんだ

宮城・栗原

地元の減農薬枝豆で、添加物・保存料不使用でつくる「生ジャムずんだ」。糖度を利用するジャムづくりの発想をアレンジし、酸化劣化しにくく、しかも枝豆の味をじゃましない太白胡麻油を配合して保存性を向上。だから甘さ控えめ。通販OK。90g500円、160g800円

和のスイーツにも！



新発売「ずんだ淡餅 ずん」のずんだ餡にも、太白胡麻油が、鮮やかな緑色と風味が長持ち。

パレット築館本店

宮城県栗原市築館伊豆4-7-15
☎0228-22-8010
🕒9:00～19:00 📅不定休
JR東北新幹線くりこま高原駅◎車10分
<http://www.palette-b.co.jp/>



西宮・アローツリーでは **シフォン** に太香胡麻油を使っています！



シフォンに太香胡麻油を別添えて、ディップしながら食す。香りを満喫！

ごまの太香シフォン



オーナー
矢木清貴さん

おいしくてヘルシーなごま油を、スイーツでアピールします。



太香胡麻油の香りは魅力的なエッセンス

「太香胡麻油の香りをスイーツに生かさないのはもったいない！」というのが、アローツリーのオーナー矢木さん。

「たとえば、バターの香りがじわじわとにじみでてきて、すごくおいしい焼き菓子ってありますよね。そういうイメージで太香胡麻油のごまの香りをきかせたら、新しいキャラクターのスイーツが生まれるはず」。そうして生まれたのが、新商品のシフォンだ。

さらに提案するのは、太香胡麻油を香りのエッセンスとして別添えする提供法。「パ

ンにオリーブオイルをつけるのは、おいしいだけでなく、体にいいオイルで安心して食べられるから。ごま油も知れば知るほどヘルシーなオイルだから、もっともっと前にだしてアピールしていきたい。お客様にとって既存のごま油のイメージが強いとしても、一度香りをかいで、味わってもえれば、それを払拭できるだけの商品力があります！」

主役はストレートに「太香胡麻油」だから、焼きっぱなしでシンプルに。太香胡麻油がほんのりと香りが、プチプチ食感の粒ごまがアクセント。太香胡麻油のアロマは、お菓子づくりの香料・エッセンスとして活用できる。1000円

アローツリー本店

兵庫県西宮市池田町4-25

☎0798-23-0300

🕒11:00～23:00（金土～24:00）

🚗不定休 JR神戸線西宮駅◎徒歩3分

http://arrow-tree.com/

果物商が本業で、フルーツを食べるシーンを生むためにカフェ・パティスリーを開業。計9店を展開中、台湾にも出店。



富士の里の焼きプチちょこら

静岡・裾野

クーベルチュールやカカオマス、太白胡麻油、卵黄、アーモンドパウダー、メレンゲなどを合わせた生地を焼きあげた一品。「バターを使うよりも、太白胡麻油のほうがチョコレートの香ばしさや、ふんわりした柔らかさを表現できる」と小林裕也シェフ。しっとりとして、口溶けがいい同店の人気アイテム。160円

富士の里

静岡県裾野市葛山737-1

☎055-997-8231

🕒9:30～19:00

🚗水（祝日の場合は翌日休）

JR御殿場線裾野駅◎車20分

http://seigetsu-fujinosato.com/



ラスク工房ダンジェのラスク

新潟

かりんとうのような形状のオリジナルラスク「香鈴糖ラスク」が人気。バゲットを1切れずつカットし、味わい豊かなソースをたっぷり染み込ませ、2時間以上かけて焼きあげるこだわり製法で、太白胡麻油を使用。手づくりゆえ製造量に限りがあるため、同社のネット通販のみで入手可能。ゴルゴンゾーラ50g、ロイヤルミルクティー、抹茶、きな粉各70g、価格すべて420円



ラスク工房ダンジェ

新潟市西蒲区潟頭501-1

☎0256-72-6468

🕒9:00～17:00 🚗土・日・祝

ネット通販 <http://dange-rusk.jp/>

ふく西 禅と匠

神奈川・みなとみらい

福西儀光



「太香胡麻油で揚げるカウンター仕事が楽しい」

職人と語り合いながら、揚げたての天ぷらを食す。天ぷら専門店ならではの楽しみである。

横浜・みなとみらいの「ふく西禅と匠」は「カウンター仕事をやってみたくて、天ぷらを選んだ」という福西儀光さんが2012年4月に開業した店だ。福西さんは銀座「天一」で11年修業し、横浜の山手本牧でカウンターのみの天ぷら店を14年営み、満を持してこの2店目を開業した。

「食材は築地、横浜、それに本牧の3カ所から仕入れ、それ以外にも日本各地から直送してもらっています」

中でも秀逸なのは穴子。山手本

牧で営業をしていた時に築いた地元の漁師とのつきあいで、獲れたてを直送してもらっている。

「油は天ぷらの命ですから、天いで教わったことをベースに自分なりに試行錯誤を重ねました」という揚げ油は、太香胡麻油の極淡と淡をベースに、コーンサラダ油と米サラダ油をブレンドして使っている。

「太香胡麻油は高温に耐えられる油で、上手に使うと、コクというか、独特の味わいがでてくるんです。それにブランド力がありますからお客さんにたずねられても、自信をもって答えられます」

同店には家族でも利用できるよ

うにテーブル席も設置し、刺身など天ぷら以外の料理も充実させているが、福西さんは「人に応じて揚げ方を変えるカウンター仕事に面白さがある」という。隣り合わせに座っていても、隣の人の天ぷらは少しだけ揚げ方や衣のつけ方が違うかもしれない。食べる人の好みに即した天ぷらを揚げる、その気遣いと技術をじっくりと味わいたい店である。

また、オリジナルの「天とろ丼」も必食。小海老の天ぷらをごはんのせ、その上からとろろ汁をかけた締め一品で、天ぷらのサクサクと、なめらかなとろろが口中で交わる、他に類を見ない食感だ。

ふく西

横浜市西区みなとみらい4-6-2 グランドセントラルテラス2F ☎045-641-2924
営業時間／11:30～15:00 (14:30L.O.)、17:00～23:00 (21:00L.O.) 無休
みなとみらい線みなとみらい駅◎徒歩3分 <http://www.tenpura-fukunishi.com/>

夜のコースは5800円～1万5000円。楽1万5000円は天ぷら13品に前菜、刺身三種盛、サラダ、ご飯もの、お新香、水菓子のコース。ご飯ものは天茶、天ばら丼、天井、天とろ丼、ご飯と別々を選べる。お昼は天井1800円、天ぷら膳1800円、天とろ膳2100円など。



1



2



3

1 百合根と蓮根は野菜らしい甘みが引き立つ天ぷら。百合根は外側の大きめの鱗片のみを使い、薄めの衣をつけ、低めの温度でじっくり、じんわり揚げることで、甘みを引きだす。蓮根は有機栽培で名を知られた加賀蓮根。もちもち感と、シャキシャキ感、両方の食感を楽しめるタイミングで揚げる。

2 冬にグッと味が増してくる穴子、蟹、牡蠣の天ぷら。穴子は水温が高く、餌となるプランクトンが多い横浜・本牧の海で育ったもの。夏には脂がのっているが、冬になると身が締まって、これまた美味である。体長30cmほどの穴子に皮目は衣を薄めにつけ、くさみをうまみに変え、香ばしく揚げるのが技だ。蟹は日本海のズワイガニを使用。真冬になると活けの蟹を揚げることもある。牡蠣は北海道産で、大ぶりであまみの濃いものを選んでる。

3 牡蠣の天ぷらはこのように提供。半分に切って大根おろしを添え、レモンを絞り、特製の塩をふっているので、そのまま一口でパクリ。塩は小笠原の海の素(にがり)にエクアドルの岩塩を削って加え、それを昆布だしに溶かして、じっくり加熱して水分を飛ばしたものを。

4 昼の天とろ膳は、目当てのお客が引きも切らないほどの人気。麦とろに天ぷらを加えたら…という、シンプルながら誰も思いつかなかったアイデアから生まれた一品が、本牧の店で裏メニューとなり、10年後の看板メニューに。とろろは冬場は自然薯を使い、味噌味で仕上げる。

5 匠と呼ばれるカウンター9席ではコースのみを提供。自家製の塩と、カレー塩、天つゆがセットされている。テーブル席は16席。

6 「天一のカウンターでお客様に育てていただいた」と、今も休業時代に感謝しながら日々仕事に励む。

7 みなとみらいの高層ビルの飲食店街に出店。



4



6



5



7

大根、油揚げの “そうめん”スープ

材料 4人分

大根 ½本 油揚げ2枚
太白胡麻油大さじ1 唐辛子1~2本
味噌大さじ2 水4カップ
太香胡麻油小さじ1

1 大根は皮をむき、せん切り用のスライサーを使って細長く切る。油揚げはせん切りにする。

2 鍋に太白胡麻油、ちぎった唐辛子、味噌を入れて火にかけ、香りができたら水を加え、大根と油揚げも加える。煮立ってから3分ほど煮て、仕上げに太香胡麻油で香りをつける。

* 大根は半分の長さのままで縦方向にスライサーにかけると、“そうめん”状に。包丁で切るよりも、スープの味がよくなじみます。



寒

くなつてくると、体の芯からじんわりと温まるスープがほしくなります。実

はスープは、冬場の乾燥対策として水分をたっぷり取るためにも最適なメニュー。水分とともに、具や調味料の栄養分も体にとり入れれば、よりヘルシーです。ご紹介した食事のスープ2品は、シンプルな具のとり合わせと味つけですが、味わい豊か。それはいつもの通り、ごま油をうまみのある調味料として使っているからです。はじめにねぎを焦がしたり、味噌の香りを立たせたりするのがコツです。



ウー・ウエン

太白胡麻油愛用歴20年以上。竹本油脂とのコラボ本「ウー・ウエンの太白&太香ごま油でもっとおいしく」(高橋書店)が発売。プレゼント情報は14ページに!



白玉の中国風お汁粉

材料 4人分

[粒あん200g 太香胡麻油大さじ1½]
[白玉粉150g 水140~150cc]
水1.2ℓ 陳皮、くこの実各適宜

1 粒あんと太香胡麻油を混ぜ合わせる。12等分して丸める。

2 白玉粉に水を加え、しっかりと水を吸わせてからなめらかなるまでこねる。12等分して丸めてから、平たくのばし、1を包む。

3 鍋に水を入れて沸騰させ、2をゆでる。浮きあがってからさらに2分ほどゆで、ゆで汁ごと器に盛る。あれば陳皮、くこの実をちらす。

* あんこをお団子の中に入れてつくるのが中国のお汁粉。ゆで汁ごと盛りつけ、これをお茶がわりに飲んで食後の口の中を潤します。

冬らしい三品
ごだま油ら、
シんぷる
vol.12



ねぎと豆腐の粕汁

材料 4人分
長ねぎ2本 絹ごし豆腐(300g)2丁
太白胡麻油大さじ1½
醤油大さじ1 水1½カップ
酒粕50g 塩小さじ¼ しょう油少々

- 1 ねぎを2cm幅の斜め切りにする。豆腐は大きめに切る。
 - 2 鍋に太白胡麻油とねぎを入れて火にかけ、ねぎに焦げめがついて香りがでるまで焼く。醤油を加えて煮立たせてから、水、酒粕、豆腐を加える。煮立ってから5分煮て、塩、しょう油をする。
- * 酒粕がかくし味になり、まろやかな醤油味に仕上がります。

ごま油と「調理学」

7 リール 堀 知佐子

ほりちさこ ● アンチエイジングレストラン「リール」オーナーシェフ。料亭「菊乃井」そうざい部門プロデューサー。10月19日にリールの2号店が埼玉・浦和美園のイオンモール内にオープン。詳しくは次のページに！

ごま油で「野菜の蒸し焼き」の満足度をアップ

冬野菜のソテーと味噌ドレッシング

材料 (2人分)

白菜 ¼株 カブ1個 長芋50g 太香胡麻油20cc
ローズマリー、タイム各1枝 味噌ドレッシング(つくりやすい量)[味噌20g 太白胡麻油20cc 酢10cc 砂糖小さじ1]

- 1 白菜は根元を切らずに縦に切る。カブはくし切りに。長芋は皮をむいて拍子木切りにする。
- 2 フライパンに太香胡麻油を引き、1の野菜とハーブを弱火でじっくりと蒸し焼きにする。焼き色がついたらひっくり返し、少し水分がでたら強火にして焼き色をつける。
- 3 味噌ドレッシングの材料を混ぜ、焼きたての2にかける。



● 太香胡麻油の香りでアクセント

→ 野菜料理でもあっさりしすぎないためには、太香胡麻油で香りや風味を添えるのがポイント。

● 味噌は優秀な発酵食品

→ 数ある発酵食品のなかでも、味噌は複雑な発酵形態を併せ持つ稀少な調味料。これらの菌が生きている、非加熱の「生味噌」がおすすめ。



白 菜、カブ、長芋をハーブと蒸し焼きにした一品。冬といえど鍋料理が定番ですが、「蒸し焼き」も野菜をたっぷり食べられる調理法です。ポイントは野菜だけで淡白にならないよう、太香胡麻油を使って香りと風味にアクセントをだすこと。ほんのりと香ばしく仕上がり、白菜を一人でも1株でも食べられそれほど食欲をそそりません。

焼きたてにかけるドレッシングは、味噌とその風味を引き立てる太白胡麻油。味噌はメラノイジン、ごま油はゴマリグナンと、ともに抗酸化成分が豊富に含まれている抜群の組合せです。

こんなおかずなら、夕ごはんにたっぷり食べてもお腹にもたれず、野菜の食物繊維でデトックス効果も期待大、身体にも安心です。



リール

東京都港区三田5-2-18
三田ハウス104
☎03-5730-0457
営業時間 / 8:30 ~ 21:00
(ランチ11:30 ~ 14:00、
ディナーは予約のみ営業)
日祝休
東京メトロ南北線
白金高輪駅◎徒歩7分
<http://rire.typepad.jp/>

NEW OPEN

堀知佐子さんプロデュース 「リアル」の2号店が イオンモール浦和美園にオープン

『ごま油と調理学』を連載中の堀知佐子さんがオーナーのアンチエイジングレストラン「リアル」の2号店が、10月に埼玉・イオンモール浦和美園店内にオープン。一人ごはんもファミリー利用もOKの気軽な雰囲気、美肌やデトックスなど効果別に分かれたメニューを楽しめます。



本日のピクルス盛り合わせ630円、魚介とフィットケミカルいっぱいの雑穀パエリア1260円。自家製ピクルス、太白胡麻油や太香胡麻油も店頭で販売しています。



リアル イオンモール浦和美園店
さいたま市緑区大字大門3710
イオンモール浦和美園1F ☎048-812-6484

NEW RECIPE BOOK

マルホン胡麻油と ウー・ウェンさんの コラボ本をプレゼント!

「ごま油の四季」で好評連載中のウー・ウェンさんと、竹本油脂がコラボした「ウー・ウェンの太白&太香ごま油でもっとおいしく」が新発売。手軽な材料で簡単につくれるのに、驚くほどおいしいウーさんのシンプルレシピ。そのおいしさの秘訣は、実は太白胡麻油と太香胡麻油にあるのです。本誌ではこの本を抽選で10名様にプレゼントします!



応募方法

官製ハガキにお名前、郵便場合、ご住所、お電話番号、年齢を明記の上、下記までお送りください。太白胡麻油や太香胡麻油、本誌への感想などもぜひお書き添えください。
〒443-0036 愛知県蒲郡市浜町11
竹本油脂(株) 第一事業部 「ごま油の四季 本プレゼント」係
● 応募締切 2013年1月31日(木) 消印有効



ウー・ウェンの
太白&太香ごま油で
もっとおいしく

生搾り・焙煎ごま油だから、
シンプルが一番!

「ごま研究の第一人者 大澤俊彦博士推薦!」
ごま油は、抗酸化成分たっぷり!
ごまに含まれるセサミンやセサミノールが、
活性酸素を抑える働きがあります。
老化予防、生活習慣病の
予防・改善効果に期待!

マルホンのごま油で、毎日を健康に楽しく。一家に(一冊)!

「ウー・ウェンの太白&太香
ごま油でもっとおいしく」
高橋書店 1100円(税別)

THANK YOU!

「サンクスキャンペーン」に多数ご応募ありがとうございました!

7月から3ヵ月間にわたって開催した「モンドセレクション3年連続金賞受賞記念 サンクスキャンペーン」には全国から多数のご応募をいただき、ありがとうございました。来年もマルホン胡麻油のキャンペーンをぜひお楽しみに!

ROLL-1 GP



「柏屋」のフクシマ三吉ロールが ROLL-1グランプリで 第3位!

日本初、ロールケーキの頂上決戦「ROLL-1ロールワン」で、郡山「柏屋」の「フクシマ三吉ロール」が3位に入賞。福島のみ、苺、桃という三つの吉がたっぷりのしあわせな味わい。12月20日まで同店の洋菓子取扱店舗で限定数量販売中です。

柏屋 <http://www.usukawa.co.jp/>

口溶けがよくソフトな米粉のロール生地には、太白胡麻油が使われています!

ごま油は身体にやさしい油です 全国への通信販売も ご利用ください

- 商品情報はホームページ
<http://www.gomaabura.jp/>の
オンラインショップ(楽天市場)を
ご覧ください。
- 通信販売に関するお問合せ
☎0120-77-1150(平日8:30~17:30)