

# ごま油の四季



春の号 123 2017 Spring  
The Seasons of Sesame Oil by TAKEMOTO OIL & FAT CO.,LTD.

特集◎

## ごま♡たまご

卵LOVER注目、ごま油の卵思いレシピ

連載◎ 天ぷらを食べに サヴール・ド・ソバ カンセイ  
毎日食べたい、やみつきごはん 笠原将弘 [賛否両論]



# 本 胡麻油



450gシリーズ



## たいはく 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。

## たいこう 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。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。

## 太香胡麻油 濃口

太香胡麻油のさらに濃口タイプ。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。

◎太白・太香は登録商標です。

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。

なかなか いい ごま  
 **0120-77-1150**

<http://www.gomaabura.jp/>



マルホン胡麻油



### 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・矢野ビル ☎06-6243-3305



特集◎

# ごま♡たまご

卵LOVER注目、ごま油の卵想いレシピ

卵とごま油はうまみに富む素材同士、  
相性がとてもよいのです。  
卵と一緒にごま油は  
おいしさを支える献身的な役わり。  
卵にやさしく抱きこまれながら、  
内からうまみを醸しだします。  
和洋中、そしてスイーツの  
卵の味わいあふれるレシピをお届けします。

夢の誌上コラボ・マヨネーズが実現!!

マルホン胡麻油



ヨード卵・光



卵とごま油のデリシヤスな関係——本誌編集部はまず、マヨネーズのおいしさを探りました！

マヨネーズは卵と油が乳化して生まれる、いわば「卵のソース」。卵黄1個に対して油200mlくらいの割合が一般的なもので、油の存在がとても大きいのです。

編集部がおすすめる「卵リッチなマヨネーズ」は、一般的な卵の3倍以上のコクがある有名ブランド卵「ヨード卵・光」と、太白胡麻油の夢のコラボ。相乗効果で、1.4倍もうまみが濃いマヨネーズができました！卵の味をしっかりとすため、太白胡麻油はマヨネーズには少なめの100mlに。これならはじめてつくる人も、油の多さに怖じ気づくことがないでしょう。手づくりのマヨネーズは卵の味わいとフレッシュ感たっぷり。一度食べたなら忘れられないおいしさを、ぜひご家庭でも体験してみてください!!



# マヨネーズは卵×油の「乳化ソース」 とろける卵味のマヨネーズ、 食べたことありますか？

太白胡麻油とヨード卵・光のダブルのうまみがコラボして、  
リッチなマヨネーズの誕生です。この味わいはやみつきになります！

卵、油脂のうまみ  
ダブルMAX



## つくり方



**4.**  
ひたすら同じ要領で、太白胡麻油を細く注ぎながら混ぜ続ける。



**1.**  
ボウルに卵黄、塩、酢を入れて、泡立て器でよく混ぜ合わせる。



### 失敗しないコツ②!

万が一途中、油が浮いたようになってきた場合は、いったん太白胡麻油を入れるのを止めて混ぜ続けられればOK。



**2.**  
泡立て器で手早く混ぜながら、太白胡麻油をごく細く注ぎ入れる。



**5.**  
とろりとして、泡立て器のあとが残るようになる。



### 失敗しないコツ①!

はじめは太白胡麻油を数滴入れてはよく混ぜると、マヨネーズづくり初心者でも分離しません。



**6.**  
やさしい卵色でツヤツヤ。おいしそうなきあがり!



**3.**  
しばらくすると、全体的に少しとろみがついて、白っぽくなっていく。

## マルホン胡麻油×ヨード卵・光

# 卵リッチなマヨネーズ



ヨード卵・光  
(卵黄)  
1個分



太白胡麻油  
100ml



酢  
大さじ2/3



塩  
小さじ1/4

## おいしさのポイント

- 太白胡麻油の量は、通常マヨネーズの半量ほど。あくまで卵の味わいを前面に押し出す割合
- 油脂が少なめなので、ソースのようにとろり
- 一般的な卵とサラダ油でつくったマヨネーズと比較して、コクは1.4倍！酸味が立つ。※味覚センサー調べ

## こんなバリエーションも!

### +マスタード少量

うまみに加え、さらに奥行きがでる。マスタードには乳化を助ける効果もあり。

### お好みの酢でアレンジも

酸味の要素、お酢はお好みのものでアレンジを。

米酢→酸味がまろやかな味わいに

ワインヴィネガー→印象はおだやか、酸味の余韻がしっかり

レモン汁→きりりと締まった酸味に

リンゴ酢→フルーティな酸味

さらにバリエーション! (編集部イチ押し)

### 仕上げに+クミンでスパイシーマヨ

クミンパウダーはスパイスの中でも、マヨネーズとは最高の相性。ほんのりオリエンタルなフレーバーに。

### 仕上げに+ハチミツでスイーツマヨ

デザートソースのようなソフトな甘みと、さらにとろりとなめらかなテクスチャーに。オレンジなど柑橘系のハチミツもおすすめ。





# フレンチシェフの発想で こんなマヨネーズも！

やっぱりプロのマヨネーズはひと味もふた味も違います。  
ミキサーで簡単につくれるのに、料理のソースのような本格派。



松本一平シェフ  
クラシカルからモダンまでフレンチの幅広い魅力を伝える。ウフ・ブイユはコースのアミューズとしても人気の一品。



ラベ  
東京都中央区日本橋室町1-9-4 井上第3ビルB1F  
☎ 03-6262-3959  
営業時間 / 11:00~15:00 (13:30 L.O.)、18:00~23:00 (21:00 L.O.) 水休  
東京メトロ半蔵門線、銀座線三越前駅◎徒歩2分 <http://lapaix-m.jp/>



まろやかでごまの  
コクたっぷり

## 白ごまネーズ

材料(つくりやすい量) A [卵黄2個分  
コクと香りのねりごま 白30g 太白胡麻  
油150g マスタード10g] B [白ワイン  
ヴィネガー 10g メープルシロップ15g  
水40g 塩少々]



ほんのり苦みで  
爽快、フレッシュ

## ルーコラ マヨネーズ

材料(つくりやすい量) A [卵黄2個分  
ルーコラ40g 太白胡麻油150g マス  
タード15g] B [白ワインヴィネガー  
10g 水40g 塩、白コショウ各少々]  
つくり方(2種とも共通) ①ミキサーに  
Aを入れてなめらかにし、Bを加えてさら  
に混ぜる。



マヨネーズにも、ドレッシングのように  
いろいろなフレーバーがあったらいいのに。  
前ページの「卵リッチなマヨネーズ」で、  
マヨネーズの奥深さに開眼した本誌編集部  
のさらなる想いをかなえてくれたのが、「ラ  
ベ」の松本一平シェフ。  
白ねり胡麻、ルーコラでそれぞれアレ  
ン  
ジした2種類のマヨネーズができました。  
白ねり胡麻の「白ごまネーズ」はコクまろ  
タイプで、「ルーコラマヨネーズ」はフレ

ツシユ感あふれるタイプ。ミキサーに材  
料を入れてあつという間にできる簡単レ  
シピです。  
「はじめに卵黄、太白胡麻油、ねり胡麻  
やルーコラをミキサーにかけてなめらかに  
しますが、この段階では油脂が混ざりきり  
ません。次のヴィネガーや水分を加えると、  
全体がきれいに乳化します」(松本シェフ)。  
とろりとゆるめで、フレンチのソースのよ  
うなマヨネーズのできあがりです！



## 濃厚ソースのようにリッチなフランス版スクランブルエッグ ウフ・ブイユ

材料(2人分) 全卵2個 卵黄1個分 太白胡麻油 35g  
塩少々  
つくり方 ①材料をボウルに入れて混ぜる。②湯煎用  
のお湯を沸かし、弱めの中火にしてボウルの底が少しお湯  
につくように①を湯煎にかける。ゴムベラでゆっくりと  
混ぜ続け、白身が固まって全体にとろみがついたら湯煎  
からはずし、余熱で火を入れる。\*火をとめてからウニ  
とエストラゴンのみじん切りを入れて混ぜ、クルトン、シ  
ブレットを添えると洒落た一品に。家庭ならゆでたブロ  
ッコリーを入れるのもおすすめ。



フランス版スクランブルエッグは  
湯煎にかけてつくるので、誰でも失  
敗せず、とろとろに仕上がります。  
もとは生クリームを入れるレシピで  
すが、これを太白胡麻油にかえると、  
卵の味わいが際立つ逸品に。ゆっく  
りと混ぜて、白身と黄身を混ぜさら  
ないのをおいしい食感を生むコツ。

なめらか、とろとろリ  
リッチな卵料理をもう一品



決めては太白胡麻油

# 究極シンプルでおいしい 卵チャーハン、完成



田村亮介シェフ

テーマは日本人がおいしいと思う中国料理。古典料理をヒモ解き、幅広い技術を駆使する。あっと驚く卵の伝統料理がここに登場。

麻布長江 香福筵

東京都港区西麻布1-13-14 ☎03-3796-7835

営業時間/11:30~14:30L.O.(土日祝12:00~)、18:00~22:00L.O. 月休(祝日の場合は翌日休)

東京メトロ日比谷線六本木駅◎徒歩9分 <http://azabuchoko.jp/>

具は卵だけ、調味料は塩だけ。太白胡麻油でコクをアップ。

卵のふっくらとした味わいの  
美味なチャーハンを追究しました。



卵と油、ごはんを混ぜてしまう裏技!

## 黄金チャーハン

材料(2人分) A [温かいごはん250g(どんぶり1杯分) 卵S玉2個(100g) 太白胡麻油大さじ2] 太白胡麻油大さじ1 塩小さじ1/3 水大さじ1

作り方 ①Aを混ぜ合わせる。②中華鍋かフライパンを強火で熱して太白胡麻油をなじませ、①を入れてごはんをほぐしながら手早く炒める。はじめはボンボンしているが、火が通るとパラパラに。③塩を加え、仕上げに水を鍋肌から入れて全体をさっと蒸らしてできあがり。



卵と油の力で、チャーハンが劇的においしく進化! しかも家庭のガスコンロとフライパンでもおいしくチャーハンがつくれるレシピを「麻布長江 香福筵」の田村亮介シェフが教えてくれました。

「このチャーハンは、卵と太白胡麻油、ごはんが三位一体。はじめに卵とごはん、太白胡麻油を全部混ぜてしまい(卵かけごはんの状態)、これを一気に強火で炒めるだけです。太白胡麻油のうまみが調味料が

わりなので、味つけは塩だけで十分、卵の味がグンとでてきます。卵の繊細なおいしさを究めるために、ネギさえ入れません」と田村シェフ。油を抱き込んだ卵で、ごはんの一粒ずつをコーティングしながら炒めるので、ツヤツヤで、ふっくら。このつくり方ならば、ごはんが油が直接触れないので、できあがり油っぽくなることもありません。「想像以上のおいしさですよ」とシェフが太鼓判を押す新作です。



サンポちゃん  
三不粘

プルプルの卵デザート。皿、箸、歯の三つにつかないので「三不粘」。卵黄やデンプンに、油脂を入れて叩きながら加熱し、餅のようなコシをだす。古典ではラードだが、太白胡麻油で軽やかに。



リアル卵麺

卵だけでつくる不思議麺。溶き卵150gと水溶き片栗粉大さじ3を混ぜ、低温120℃の太白胡麻油に手早くかき混ぜながら注ぎ入れると、麺状に。お湯で油抜きしてからシンプルなスープと。



フーヨーハイ  
卵白のふわふわ芙蓉蟹

カニ玉の白身だけ版。卵白をしっかり泡立ててから、香味野菜や少量のスープでさっと炒め煮する。ふわふわの軽い口当たりで、いくらでも食べられそう。



やっぱりすごい、中国料理  
卵料理も火と油の芸術



卵の味わい濃厚

# 太白胡麻油でうまみをだす ダシいらずの仰天「卵焼き」

卵、醤油、砂糖、そして太白胡麻油でつくるだしを使わない「卵焼き」。  
だしの準備がいらないので、家庭でも簡単につくれます。

## 毎日気軽につくれる 太白卵焼き

材料(1本分) 全卵3個 太白胡麻油50cc 砂糖大さじ1 淡口醤油小さじ1  
つくり方 ①材料を混ぜる。箸で卵白のコシを半分ほど切る。②卵焼き器を熱し、ぬれ布キンの上に置いて鍋底の温度を均一にする。中火にもどし、太白胡麻油(分量外)をペーパータオルで薄くひく。③①の1/4量を流し入れて全体に行きわたらせる。④表面までほぼ火が通ったら、手前に1/3ずつ2回巻く。あいた奥側に太白胡麻油をひき、巻いた卵を奥側にすべらせる。あいた手前にも太白胡麻油をひき、①の1/4量を流し入れ、巻いた卵を箸で持ちあげて下に卵液を流し込む。あとは同様に焼く。これを計4回くり返す。

卵料理を代表する一品にもかかわらず、「卵がおいしい」だし巻き卵という発想は稀なもの。だしの味で勝負というのが世の常識です。  
「家庭でつくるのなら、面倒なだしなんて入れなくてもいいですよ(笑)。卵だけでも、それではいい卵を選ばないとコクに欠けるので、太白胡麻油を使ってみてください。それほどよい卵を使わなくても、び

つくりするほどおいしくできますから」と、「分とく山」の野崎洋光さん。いま良質な油脂を摂ることが見直されているなか、だしの代わりに太白胡麻油のうまみを利用する発想は、かつて考えたこともなかったほど大胆、かつとても興味深いもの。家庭でもだしをひく手間がかからないので、いつでも気軽につくれます。焼きあがりもだしでつくるよりもふっくらとして、冷めてもおいしいまま。お弁当にもおすすめですよ。



野崎洋光さん

日本人の食生活の歴史をさかのぼって原点から見直し、何を食べれば健康になれるのかをあらためて探求。植物性油脂や青魚に含まれる不飽和脂肪酸のよさをアピール。

分とく山

東京都港区南麻布5-1-5 ☎03-5789-3838  
営業時間/17:00~23:00(21:00L.O.) 日休  
東京メトロ日比谷線広尾駅◎徒歩6分



野菜とマヨネーズ?!のサラダ感覚

## サラダ巻き

材料・つくり方 上記「太白卵焼き」の材料に、ネギの青い部分の小口切り15g、トマトのさいの目切り60gを入れて、同様に焼く。\*お好みでネギをニラに変えても美味。



太白胡麻油でつくるダシいらずの卵焼きの材料は、卵、太白胡麻油、醤油、砂糖でとてもシンプル。砂糖は少量でほんのり甘い程度なので、具を入れてアレンジも楽しめます。  
この卵焼き一品で完全栄養をめぐせるのが、「サラダ巻き」。トマトとネギでビタミン、卵で良質なタンパク質、そして太白胡麻油でエネルギーをチャージ。卵と太白胡麻油はマヨネーズの材料と共通なので、野菜をマヨネーズで包み込んで焼いたイメージです。太白胡麻油を入れた卵液はふっくらとするので、具をたっぷり入れてもつぶれずにおいしそうに焼きあがります。

サラダと同じ材料でつくる「サラダ巻き」誕生!





大森由紀子さん  
フランス菓子・料理研究家で、教室も主催。フランス菓子の中でも液体のオイルを使うレシピをおしえてくれました。

エートル・パティス・キュイジーヌ  
東京都目黒区中町2-41-14  
☎03-5722-2508  
<http://www.yukiko-omori-etre.com/>

ねり胡麻でしっとり、コク

# 卵白をうまく使って 味わいある焼き菓子をつくろう

お菓子づくりで余りがちな卵白。フランスの地方菓子のレシピを参考に、ねり胡麻でアレンジしてプロ顔負けの美味しい一品に。



## しっとり、ふんわり ビスキュイ・セザム

材料(直径18cmタルト型1台分) コクと香りのねりごま 白60g グラニュー糖 90g 冷たい卵白75g A[薄力粉50g アーモンドパウダー30g] 白ごま適量  
つくり方 ①コクと香りのねりごま 白とグラニュー糖の半量を混ぜる。②卵白と残りのグラニュー糖でメレンゲを泡立てる。③①に②、Aを順にそれぞれ2回に分けて加えて混ぜる。④型に入れて白ごまをちらし、200℃のオーブンで約20分焼く。



家庭でもパティスリーでも、お菓子づくりをする人なら誰でも、余った卵白をもてあましたことがあるはず。卵白の味は淡泊なので、卵白だけでおいしいお菓子をつくるために、うまみたっぷりのねり胡麻を組み合わせてみました。

「ヒントはフランス・リムーザン地方の卵白とヘーゼルナッツ、バターでつくるル・クルーゾワという伝統菓子。ねり胡麻は柔らかくしたバターと状態が似ているので、

お菓子づくりに使いやすいですね」と、フランス菓子研究家の大森由紀子さん。つくり方は卵白を泡立てて、他の材料と混ぜるだけでとても簡単。表面は軽い口当たりで、内側はふんわりと柔らか、ほんのりとごまの香りがするやさしいトーン。焼いた翌日以降も日に日にしっとりさが増して、ごまの甘い風味がじわじわとでてきます。焼き菓子ならではのこんなおいしさをぜひ楽しんでください。



やさしいごまの風味



## ごま油でアレンジしました ビューニュ・リヨネ

材料(約40個分) A[強力粉150g 薄力粉100g] 塩3g B[インスタントドライイースト2g グラニュー糖50g 全卵1個 卵黄2個分 太香胡麻油10g 太白胡麻油30g] 揚げ油、粉糖適量 \*揚げ油は太白胡麻油に2~3割の太香胡麻油をブレンドするのがおすすめ  
つくり方 ①Aと塩を混ぜてドーナツ状に広げ、中央にBを入れて混ぜ、粉をくずし混ぜてこねる。約1時間発酵させる。②厚さ3mmにのばして3cm大の菱形に切り、中心に切り目を入れる。③160℃の油で揚げ、冷めたら粉糖をふる。



生命が宿る卵は、キリスト教のイースター(復活祭)の象徴。春の訪れとともに祝うイースターまでには、カーニバル(謝肉祭)やマルディ・グラなど多くの宗教行事が続きます。イースターは卵形のチョコレート、カーニバルには揚げ菓子など、行事ごとに食べるお菓子は地方色も豊かです。揚げ菓子の中から、リヨン風のレシピをご紹介します。

キリスト教の行事には  
お菓子が欠かせない





# 卵とごま油の鉄板メニュー、卵かけごはんのバリエーションは無限大!

卵かけごはんをおいしくする鉄板アイテムといえば、香ばしいごま油! 和洋中オールマイティに、卵かけごはんをおいしくします。



## ごま油バージョンの王道!

ごはんにお卵を落とし、醤油、太香胡麻油で味つけ。太香胡麻油の香味でおいしさ倍々増!

あなたはどんな  
"ごま油"派?  
ほかほかごはん  
まずはごま油をたらず派

👉 ごはんから立ちのぼる湯気とともに、ごま油の香気が鼻をくすぐる



プロの味

プロの天井  
顔負けの  
おいしさですよ!



## 揚げ玉利用のたぬき卵かけごはん

揚げ玉、卵黄、三つ葉をごはんにのせ、醤油、太香胡麻油で味つけ。揚げ玉をほかほかごはんに入れてから、卵黄をくずして混ぜよう。

P5にご登場いただいた分とく山の野崎さんのオススメ



ごはんも、お酒もすすむ欲張り味です

プロの味



P3にご登場いただいたラベの松本シェフのオススメ

## 珍味の酒盗で贅沢なうまみたっぷり

ごはんバターをのせて溶かし、卵、まぐろ酒盗、パルメザンチーズ、芽ネギをのせ、太香胡麻油をたらず。珍味の酒盗に加え、バター、チーズ、ごま油の三重奏でおいしくないわけがない組み合わせ。

あなたはどんな  
"ごま油"派?  
卵とごま油、醤油を  
先にかき混ぜる派

👉 先に味をキメられるのがメリット。完成度の高い卵かけごはん



## カフェメシっぽい、ポキ風

醤油で和えたマグロ刺身、卵をごはんにのせ、ネギの小口切り、白ごまをちらし、太香胡麻油濃口をたらず。卵黄だけにすれば濃厚テイストが楽しめる。



## 食べ盛りの男子推薦、和×洋折衷

ごはんには角切りチーズを混ぜ、卵、タレやカラシと混ぜた納豆をのせ、マヨネーズ、太香胡麻油で味つけ。全体を混ぜに混ぜてねばねば、とろりといただきたい。



## 雲の上気分のふわふわ卵白♪

卵を白身と黄身に分け、白身をふわりとするまでかき立てる。このふわふわ白身、黄身をごはんにのせ、めんつゆ、純正胡麻ラー油で味つけ。とろろかけごはんみたいで、泡立てるひと手間の価値アリ。



## さっぱり美味&ダイエット中もOK

おぼろ豆腐、卵、塩昆布、せん切り大葉をごはんにのせ、ポン酢、太香胡麻油で味つけ。ダイエット中の方は豆腐増量でボリュームアップ作戦。



## 口の中で完成する“担々麺”風

卵、きざんだミックスナッツ、コクと香りのねりごま白をごはんにのせ、醤油、太香胡麻油で味つけ。口に入れると、なんと香り豊かな担々麺味の卵かけごはん。純正胡麻ラー油で辛くしてもOK。



プロの味

## 人気料理、トマト卵炒めの卵かけごはん版

ごはんには卵、角切りトマト、みじん切りのショウガ、大葉をのせ、醤油、太香胡麻油で味つけ。爽やかなショウガの食感や大葉の風味が、春めいて暖かくなってきた頃にぴったり。

あなたはどんな“ごま油”派？

ごはんには卵をのせ、醤油やごま油をあとがけ派

先に卵をくずすか、後からくずすかで、醤油やごま油のノリが変わる



卵かけごはんにはコレ！

お好みの量を1滴からかけられる

プッシュ式ボトルに入った太香胡麻油。卓上サイズで使いやすいがけに便利！

卓上用ごま油 <太香>



## 日本の伝統とフレンチの融合

半熟卵（市販品OK）に衣をつけ、太香胡麻油で揚げて“卵天”に。ごはんには、贅沢にトリュフ塩をふる。とろりととろける黄身をごはんにからめて。お好みであとがけ“追い太香胡麻油”もおすすめ。

香味野菜のアクセントがたまらない



P4にご登場いただいた麻布長江 香福庭の田村シェフのオススメ



## サヴール・ド・ソバ カンセイ

東京・銀座

坂田幹靖



# 「フレンチとそばの融合を楽しんでください」

そば屋のようで、そば屋とは少々趣が異なる。店の内装やメニューもそば屋にしては一風変わっている。2016年3月にオープンした「サヴール・ド・ソバ カンセイ」はいうなれば、そばビストロだ。

店名のカンセイの文字を見て、グルメな人はピンとくるだろうが、この店はフランス料理界の重鎮、坂田幹靖さんがオーナーシェフ。同じビルの2、3階にフランス料理の店舗、そして交詢社通りに面した1階にそば屋を構えたのは、そば好きが高じてのことという。

今でこそフランス料理も素材の味を引きだした料理が主流になっているが、坂田シェフはそれ以前から、野菜をはじめとする素材を生かした料理で高い評価を得てい

た人物。その姿勢は今に至るまで変わることなく、「料理のスタートは素材探しから」と語る。思いは繊細な香りが持ち味のそばにも通じているのだ。

そばは群馬県の無農薬栽培農家、あかぎ深山ファームから石臼挽きしたものを取り寄せ、毎朝十割のそばを打つ。機械打ちながら、水の加減には微妙な勘が必要なので、毎朝坂田シェフ自ら打つという力の入れようだ。

そばビストロたる所似は、蕎麦前の充実した料理と、そこに漂うフランス料理のエスプリにみとれる。イチ押しは、何といってもフォアグラの天ぷらや揚げそば。揚げ油は太白胡麻油と太香胡麻油（業務用）を合わせて1に対し、

綿実油6の割合で、太白胡麻油でうまみをだし、太香胡麻油でほんの少し香りをつけるイメージという。

「この油だからこそ、揚げそばのようなシンプルな一品も提供できます。噛めば噛むほど、そばの香りとごま油のうまみがあふれてきます」

と坂田シェフ。他にもそば屋の献立の野菜不足を補う有機野菜のラタトゥイユ、生クリームを練り込んだ自家製かまぼこ、シャンパンの糠漬けなど、そば屋とは一線を画す逸品が目白押し。価格も手頃なので、ワインから日本酒、焼酎、ハイボールまで幅広くそろえるアールコールとともに、和洋折衷の味わいを楽しみ、そばでメといこう。

### サヴール・ド・ソバ カンセイ

東京都中央区銀座7-12-1 銀座TYビル1F ☎03-6264-3319

営業時間 / 11:30~20:00 (19:30L.O.) 日祝休

東京メトロ各線銀座駅◎徒歩5分 <http://ginzakansei.com/>

通しの営業でランチタイムは14:30ラストオーダーまで。ランチは温・冷のそば10品ほどがあり、天せいろと天ぷらそば(各1600円)は定番。以降の時間帯は蕎麦前メニューが充実。





1



2



3



4



5



6

**1** 蕎麦前の一品から、自家製リエット 揚げ蕎麦添え (550円)。この日のリエットは蝦夷鹿だったが、季節により鴨、猪などに。揚げ蕎麦は毎朝打つ十割そばをカリカリに揚げたもの。風味豊かで、食べる手が止まらないやみつきのおいしさ。グラスワインは650円〜。

**2** フォア・グラの天麩羅 ゴボウのクーリー添え (1200円)。フォアグラは天ぶらにすると驚くほどまるやかであっさりする。ゴボウのクーリーはゴボウをバターでソテーし、フォン・ド・ヴォーで煮てからピューレ状にし、だしとフォン・ド・ヴォーで仕上げる。いかにも同店ならではのメニューだ。

**3** 鹿児島県産車海老と季節野菜の天麩羅の盛り合わせ (1200円)。春の時季には岩手県でとれた山菜が主役になる。

**4** 鴨南蛮そば (1500円)。脂肪が厚くて美味なマグレ鴨を赤ワイン、ハチミツ、醤油などで煮る。細切りにした食感が絶妙で、そばとともに口の中で咀嚼でき、味わいが一体化する。そばつゆのだしは、鹿児島・指宿の本枯節、土佐・清水中浜の宗田本枯節を毎朝削ってひいている。飲み干したくなるようなつゆが理想だ。単品のそばはランチタイムにも人気。

**5** シンプルでカジュアルな雰囲気16席の店内。銀座という立地がら、外国人客も多く訪れる。そば屋らしく昼前から通して営業し、ランチタイム後は早い時間から蕎麦前メニューで飲むことができる。

**6** 店名のサヴール・ド・ソバは「そばの香り」という意味。銀座松坂屋跡に4月に開業する複合施設GINZA SIXの裏手に立地。2、3階はフランス料理の「レストラン カンセイ」。





1972年生まれ。2004年に東京・恵比寿に「賛否両論」を開店。  
4月8日に東京・広尾に和スイーツやだし茶漬けのカフェ  
「寄り道」がオープン。賛否両論の香港店も近々開業予定。

東京都渋谷区恵比寿2-14-4 太田ビル1F  
☎03-3440-5572  
<http://www.sanpi-ryoron.com/>

ごま油の  
おかげ!

# 毎日食べたい、 やみつぎごはん

笠原将弘 賛否両論 連載①

大人気店「賛否両論」の笠原将弘さんがつくるごはんは、  
美味なだけでなく、あとをひいてまた食べたくなる“やみ  
つき味”。簡単レシピなのにすこぶるおいしい、四季のお  
かずやごはん、スイーツのレシピを連載でお届けします。

塩昆布×太白胡麻油で2倍のうまみ

## 鯛と菜の花の塩昆布和え

材料:4人分

鯛刺身用サク100g 菜の花1束 わさび少々 塩昆布10g 太白  
胡麻油大さじ3 塩少々 花穂じそ適量

- ① 菜の花は硬めに塩ゆでして氷水にとり、水気をしっかり絞る。食べやすく切る。
- ② 鯛刺身はそぎ切りにする。
- ③ ①、②をわさび、みじん切りにした塩昆布、太白胡麻油で和え、味をみながら塩をする。
- ④ 盛りつけて花穂じそをちらす。

きんぴらに太香胡麻油はマストアイテム

## たけのことわかめのきんぴら

材料:6人分

たけのこ(下ゆでしたもの)2本 にんじん中1本 わかめ60g 太  
香胡麻油大さじ2 A[酒大さじ3 醤油大さじ2 砂糖大さじ1]  
白ごま適量 一味唐辛子少々 木の芽適量

- ① たけのこは一口大、にんじんはマッチ棒大の細切り、わかめはざく切りにする。
- ② フライパンを中火で熱して太香胡麻油を入れ、①を炒める。
- ③ しんなりしたらAを加えて煮からめ、仕上げに白ごま、一味唐辛子をふる。
- ④ 盛りつけて木の芽をちらす。

太香胡麻油が山菜の苦みをまろやかに

## 鯖のふきのとう味噌

材料:2人分

ふきのとう5個 太香胡麻油大さじ3 A[味  
噌100g 卵黄2個分 酒¼カップ 砂糖大  
さじ2½] 鯖切り身2切れ 塩少々 すだち1  
個

- ① ふきのとうをみじん切りにする。Aを混ぜ合わせる。
- ② 太香胡麻油で①のふきのとうを炒め、Aを加えて弱火で焦がさないように火を入れる。
- ③ 鯖に塩をふって焼く。
- ④ 鯖を盛りつけ、②のふきのとう味噌、すだちを添える。



懐かしおやつ系、ほっこり黒ごま味

## 黒ごま蒸しパン

材料:20cm長さのパウンド型2台分目安

A[全卵2個 黒糖100g 牛乳大さじ4 純ねり胡麻 黒大さじ2  
太白胡麻油大さじ2 醤油小さじ1] B[薄力粉140g 重曹小さじ  
1] 生クリーム、ミント適量

- ① Bを合わせてふるう。
- ② ボウルにAを入れて泡立て器でよく混ぜ、①の粉類を加えてさっくりと混ぜ合わせる。
- ③ パウンド型などに入れ、中火にかけた蒸し器で約15分蒸す。
- ④ 切り分けて盛りつけ、泡立てた生クリーム、ミントを添える。

やみつぎの一言 ①

ごま油を使えば、  
正直、何でもおいしくなる



黒ごま蒸しパン



たけのこと  
わかめのきんぴら



鯛と菜の花の塩昆布和え



鯖のふきのとう味噌





SESAME PASTE

ソフトタイプのねりごま  
「コクと香りのねりごま 白」が家庭用で新登場

なめらかでクリーミーなタイプの「純ねり胡麻 ソフトパウチ」は、プロの料理人に好評をいただいているねりごまです。これまでは業務用の大容量のみの販売でしたが、待望の家庭用100gパッケージで「コクと香りのねりごま 白」として3月に新登場します。注ぎ口があるので、毎日の料理にもスイーツにも手軽にお使いいただけます。



コクと香りのねりごま 白  
ココがオススメ!

- ごまを丹念にひいたクリーミーなペーストタイプ
- キャップ付き注ぎ口がついた、キッチンで使いやすいパッケージ
- パッケージ上から手で柔らかくもみほぐせるので、すぐに使える
- 白和え、棒棒鶏などに。アイスクリームにとろりとかけても美味
- 乳化剤などの添加物不使用

コクと香りのねりごま 白 100g 360円

SESAMIN COOKING OIL

「セサミンクッキングオイル」がリニューアル

冬号で予告の通り、3月に「セサミンクッキングオイル」がリニューアル新登場します。セサミンを豊富に含むので酸化安定性が高く、加熱調理にも強い太白胡麻油とキャノーラ油(なたね油)をブレンド。2010年の発売以来、健康を意識する人たちに人気の万能オイルです。今回のリニューアルでは、家庭で使いやすいように容量を400gにサイズダウン。持ちやすいスリムボトルや、細口・広口の2wayキャップを採用し、とても使い勝手がよくなりました。

セサミンクッキングオイル  
ココがオススメ!

- 使いやすい400g容量、持ちやすいスリムボトル
- 必要な量だけ自在に注げる、細口・広口の2wayキャップ
- 細口⇒炒め物の敷き油など、普段使い全般に
- 広口⇒揚げ焼き、アヒージョなどたっぷり使いたい時に

セサミン  
クッキングオイル  
400g 500円



LET'S GO

dancyu 祭に協賛します!

毎回大人気で多くのグルメが訪れる「ダンチュウ祭」。雑誌『dancyu』主催で人気レストランが多数出店し、スペシャル限定メニューを販売します。竹本油脂は江戸前天ぷら屋台の揚げ油を協賛。1日は神楽坂のお座敷天ぷら「天孝」が特別に揚げる海老やこはだなどの串天ぷら、2日は銀座「てんぷら近藤」の穴子井が食べられます(各限定食)。ごま油の香りが芳しい、江戸前天ぷらの粋をぜひご堪能ください。会場内にはマルホン胡麻油の販売ブースもありますので、ぜひお立ち寄りください!



[dancyu 祭  
in 秋葉原 2017]

日時/ 2017年4月1日(土)、2日(日) 11:00~17:00  
場所/ 住友ベルサール秋葉原(秋葉原駅◎徒歩4分)  
<http://www.president.co.jp/dan/>



海老串天が  
登場!

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/> / オンラインショップ(楽天市場)をご覧ください。  
<http://www.rakuten.ne.jp/gold/abura-maruhon/>
- 通信販売に関するお問合せ  
☎ 0120-77-1150 (平日9:00~17:00)



太白胡麻油



太香胡麻油



太香胡麻油 濃口



純ねり胡麻 黒・白  
110g



300gシリーズ



# 春の息吹

雪を押し上げ、土中から芽吹くふきのとう  
ほろ苦いのは、生命力のパワーの象徴  
息吹を丸ごと感じとろう

