

ごま油の四季



夏の号

140

2021 Summer

The Seasons of Sesame Oil by TAKEMOTO OIL & FAT CO.,LTD.



肉のうまみ、極まる
「焼肉のタレ」
ベストマッチガイド
田辺晋太郎 焼鶏ひらこ

連載◎
毎日食べたい、やみつきごはん
笠原将弘 [賛否両論]
天ぶらを食べに 江戸前 晋作

まるっと、本物。マルホン



あつさく
圧搾純正胡麻油濃口
こいくち

「風味・香り」○○○

「ごまをしっかりと深煎りしてから
圧搾した、力強く、パンチのある
香りのごま油。中国料理や韓国料
理、焼肉などにおすすめ。」

あつさく
圧搾純正胡麻油

「風味・香り」○○○

「しつかり香る、オーソドックスな
ごま油。香り、あじわい、コク、す
べてにおいてバランスのとれたご
ま油です。」

たいこう
太香胡麻油

「風味・香り」○○○

「ごま油の常識を打ち破る、澄んだ
琥珀色の色合いと上品な香り。浅
煎りしたごまを搾っているの
で、繊細な和食にも合います。」

たいはく
太白胡麻油

「風味・香り」○○○

「焙煎せずに搾った、香りのない「生
搾り」のごま油。透き通った透明
な色合いで、うまみにあふれてい
ます。何にでも使える万能オイル。」

◎ 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。



マルホン胡麻油

なかなか いいごま

0120-77-1150

ホームページ
リニューアルしました!

<https://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】 東京都中央区八丁堀3-20-5 S-GATE八丁堀3F ☎ 03-3553-6911

【大阪営業部】 大阪府中央区南本町4-5-20 住宅金融支援機構・矢野ビル9F ☎ 06-6243-3305



Kazunari Nakamura

1980年生まれ。「レフェルヴェン
ス」(表参道)のスーシェフを経て、
2014年に姉妹店「ラボンヌター
ブル」(三越前)のシェフに。精力的に
くり広げるインスタライブは必見(@
kazunari_labonnetable)

MARUHON Summer Music



FEEL
THE MUSIC

ビートを刻むような、キッチンで思わず体がリズムに乗るような、
そんな夏向きレシピ。料理と音楽好きの4人が、プレイリストとともに登場♪

食材に合わせて ビートを変える男

学生時代、バンドと料理の人生の分かれ道で
料理を選んで今がある。音楽はいつでも、
どこでも、頭のなかに流れている。

MY MUSIC PLAYLIST



The Obeisant Vine
Helios

アルバムジャケットの色合いが、浅煎りとワイルドな深煎りごまのコントラストのよう。これでもかというエモくしっとりとした曲は、料理する前の心を穏やかに沈めてくれる。



Lorentz
deadbundy

イントロから次から次へと押し寄せる音色とハーモニーが、ピカタを3回衣づけする感覚とシンクロ。

Pink+White
Frank Ocean

豚肉のピンクと白の中間の焼き色を意識。控えめながら抜群の存在感とクオリティを添えるビヨンセのコーラスが、かけ旨ごま油 ワイルドの存在感到リンク。



Curls
Bibio

自然体な曲調に合わせて、ナチュラルな盛りつけをしたい時に聞きたい。



The Most Beautiful Thing
Bruno Major

完成したピカタに対して芽生える愛。ピカタへのラブソング(笑)。



最後はバターと
かけ旨ごま油 ワイルドの合わせ技。
よりワイルドな香りで攻める!

材料 1人分

豚ヒレか肩ロース肉 … 150g
塩、コショウ …… 各適量
薄力粉 …… 適量
卵 …… 1個
パルミジャーノチーズ … 10g
かけ旨ごま油 ワイルド … 適量
無塩バター …… 5g
サラダ [ブチトマト6個 ルーコ
ラ・セルバティカひとつかみ かけ旨ごま油 ワイルド、塩各適量]

ワイルド×ワイルドピカタ

かけ旨ごま油 ワイルドを使うから、レシピも
仕込みからつけあわせのサラダまで、ワイルドに。
テーブルでもワイルドな食欲が止まらない!



5 肉を再度取りだし、**2**にくぐらせる。
玉子焼き器にはバター、同量のかけ
旨ごま油 ワイルドを入れて熱し、肉を
もう一度焼く。

6 取りだして、サラダをつくる間に余
熱で火を入れる。

ワイルドな香りの
セルバティカを、
かけ旨ごま油
ワイルドで

7 ブチトマトは半分に
切る。ルーコラ・セルバ
ティカにかけ旨ごま油
ワイルド、塩をふる。

8 肉を盛りつけ、**7**の
サラダを添える。



「卵とチーズの衣に
豚肉をつけて
かけ旨ごま油 ワイルドで焼く」×3回

4 いったん取りだ
して**2**にもう一度
くぐらせ、かけ旨ご
ま油 ワイルドを足
して同様に焼く。



3 玉子焼き器にかけ旨ごま油
ワイルドを入れ、**1**を**2**にくぐ
らせて中の弱火で焼く。チー
ズの香りがしてきたら、裏返
して同様に香りが立つまで焼く。

豚肉は掌打で
ワイルドに



1 豚肉は厚さ1cmに
カットし、ラップをか
ぶせて叩いて半分の
厚さにのばす。塩、コ
ショウをし、薄力粉を
まぶす。

2 卵とすりおろした
パルミジャーノを泡立
て器でよく混ぜる。

料理人はなぜか音楽好きが多い。「ラボンヌターブル」の中村和成シェフもそんな一人で、学生時代はバンド活動にいそしみ、迷った末に料理への道を歩むことにした。「組み立てていく感覚、それが料理と音楽には似通うものがあるのかもしれない」このポークピカタは、かけ旨ごま油 ワイルドからイメージをふくらませ、「ワイルドに」組み立てた一品。でもワイルドな男から垣間みる繊細な一面のように、3度つけの衣で火入れした肉の焼きあがりには、ロゼ色でしっとり、やさしく繊細だ。このギャップが魅力。

ラボンヌターブル

東京都中央区日本橋室町2-3-1 コレ
ド室町2 1F ☎03-3277-6055
🕒11:00～15:00 (13:30L.O.)、
18:00～22:00 (19:30L.O.) 🌙月
曜中心に不定休 [http://labonne
table.jp/](http://labonne
table.jp/) ランチはプリフィクス
コース5000円～、ディナー1万円～



Kazunari Maguchi

1969年生まれ。銀座「ロックフィッシュ」店主。オリジナルレシビのハイボール、簡単つまみで有名。缶つまなどの著書も多数。コロナ禍で新たに生み出した、ノンアルコールのモクテルも大好評！

Groovy sax session

プライベートタイムは サックスの夢の競演チックに

キャンディ・ダルファーと武田真治が
ベストフェイバリットなサックスプレイヤー。
二人のアルバムを聴いていれば、ご機嫌テンション。



MY MUSIC PLAYLIST



サックス・ア・ゴー・ゴー
(SICJ-207)
キャンディ・ダルファー
ソニー・ミュージックレーベルズ



S
武田真治

リリース当時、聞きまくってたアルバム2枚。気分のいいテンションをキープできる大好きなサックスの競演。



1 アスパラガスは根元を切り落とし、硬い部分だけピーラーで皮をむく。塩(分量外)を入れた水からゆで、一口大にカットする。

2 盛りつけて、かけ旨ごま油 マイルドをかけ、赤しそふりかけをふる。山芋のピュレを添える。

赤しそ太アスパラ

赤しそふりかけとごま油は
さっぱり&コクの最高コンビ。

材料 1人分
アスパラガス …… 1本
かけ旨ごま油 マイルド … 適量
赤しそふりかけ …… 適量
山芋のピュレ* …… 適量

*山芋200gの皮をむいて厚さ1cmに切り、ゆでてからマッシュする。太白胡麻油20g、塩適量を混ぜ、冷蔵庫に入れて保存



源たれ豚ロール

簡単味の決め手は、青森の
ソウルフードの焼肉のタレ。

材料 つくりやすい量
豚バラ肉 …… 500g
(ショウガ焼き用スライス)
スタミナ源たれ …… 100ml
水 …… 400ml
かけ旨ごま油 マイルド … 適量
コショウ …… 適量



1 豚バラ肉は1枚ずつ巻く。
2 1を鍋に並べ、スタミナ源たれ、水を入れ、落としづたをして約20分煮る。
3 盛りつけて、かけ旨ごま油 マイルドをかけ、コショウをふる。

「久々でも、毎日でも、いつお越しいただいても同じ雰囲気でお迎えしたいから」と間口一就さん。プライベートではノリノリなサックスを愛聴するが、ロックフィッシュの音のおもてなしは、超さりげなく。あえてサイレントでなく、何か流れてる感が絶妙だ。

ハイボールをシュワツと呑んで、つまみを一皿、二皿。「ロックフィッシュ」は銀座にありながら、誰もが気軽に訪れ、くつろげるバーだ。ふと気づくほどのポリウムでかかるBGMは、10年以上前からずっと変わらずルイ・アームストロング(愛称サッチモ)。お気に入りのCD2枚をエンドレスで流しつづけている。



ロックフィッシュ
東京都中央区銀座7-3-13 ニューギンザビル
1号館7F ☎03-5537-6900 🕒月~金
14:00~22:00、土日祝~18:00 🍷無
<http://maguchikazunari.jp/> おなじみハイボールの他、つまみも多彩

Riverside Yaoya

オーナーの遊津拓人さん(左)が2019年に「焼鳥やおや」を東京・池尻大橋に開業。2020年には2号店「リバーサイドヤオヤ」もオープン。ただいま下記のPLAYLISTをセレクトしてくれたリバーサイドヤオヤの店長、高嶋史也さん(中央)を絶賛売りだし中♪



“飽きない商い”を続けるために、HipHop

スタッフはこぞってヒップホップ好き。ずっと仕込みや営業で時間をともにしていると、音楽の趣味もシンクロするとか!?

MY MUSIC PLAYLIST



Ignition(Remix)

R.Kelly

「The R. in R&B Greatest Hits Collection: Volume 1」より
BVCQ-28001

提供：ソニー・ミュージックレーベルズ

気分を上げたい時、そして時に出勤中に聞くのが定番。



It's Sunny

TLC

提供：ワーナー
ミュージック・ジャパン

僕が思うパーティーチューン。とにかくビースな感じがMVからも伝わってくるし、この曲が流れるパーティーはみんな幸せだろうと。



マスヨウニ

Jambo Lacquer

同じ関西出身のラッパーなので、土地勘というか曲の背景が見えるので好き。とくに休みの日に。



Conflicted

STUTS

一日の終わりとか、ゆったりした時間の流れを感じられる。寝る時に。

パリパリ

タンタンピーマン

焼鳥やおやの看板メニュー、
「パリパリピーマン」のスパイシー肉味噌版。
黒ねり胡麻と香辛料でタンタン感あり。
ピーマンはホントにパリパリ！

材料 つくりやすい量

タンタン肉味噌

鶏モモひき肉 …… 500g

長ネギ …… ½本

砂糖 …… 大さじ½

甜麺醬 …… 75g

豆板醬 …… 50g

純ねり胡麻 黒ソフトパウチ …… 25g

花椒パウダー …… 少量

ピーマン …… 1個／1人分

塩 …… 少々

五色ごま（もしくは白胡麻 白）… 適量



パリ



1 タンタン肉味噌をつくる。鶏ひき肉、長ネギのみじん切り、砂糖を炒め、火が通ってきたら甜麺醬、豆板醬、純ねり胡麻 黒ソフトパウチを加えてさらに炒め、仕上げに花椒パウダーを加える。冷蔵庫で2週間保存可。



3 ピーマンの水気を切り、内側に塩をごく軽くふる。タンタン肉味噌をたっぷりのせ、五色ごまをふる。



2 ピーマンは縦半分に切って種を取りのぞき、水をたっぷり入れた水に浸けておく。密閉容器に水とともに入れ、冷蔵庫で数時間以上冷やしてもOK。



リバーサイドヤオヤ

東京都目黒区東山3-1-3 1F ☎03-5708-5613 🕒18:00～翌1:00

🗓日（月曜が祝日の場合は営業）
Instagramあり 1号店の「焼鳥やおや」は徒歩数分のところにあり



「リバーサイドヤオヤ」は、オーナーの遊津拓人さんいわく「クラブ系の焼鳥屋」。ひと昔前にクラブでならした世代が社会人になり、今まさに求めているのがこのスタイルという。カウンターを囲むスタンディングで、メニューは焼鳥やちよっとスパイシーなつまみ、ナチュラルのワインも豊富。BGMはクラブ系ミュージックが大ボリューム。

「「こういう焼鳥屋もありですよ。実は、仕込み中のほうがもっと爆音でヒップホップをガンガンかけてます」

何百本もの地道な串打ちを毎日続けるには、ヒップホップがマスト！



ごま油の伝道師!?



Gomaabura

ゴマアブラ

2007年結成。写真右から、ギターの新トーン・コウタ、リーダーでボーカル&ベース担当のダディー直樹、ドラムのおにぎり、キーボードのNulu Pongの4人組。路上、全国のライブハウスなどでファンキーなライブを続ける。
<http://gomaabura.net/>



その名もバンド「ゴマアブラ」 シグネチャーソングを再レコーディング!

ファンキーでソウフルにごま油好きな想いを歌う4人組のバンド、ゴマアブラに初インタビュー。本誌「ごま油の四季」の読者のみなさんもぜひ聴いて!

—— ストレートなバンド名
ですね笑!

ダディー 僕がごま油大好きで。メンバーにごま油愛を力説して、カタカナだと字面がカッコいいだろって。歴代の有名ロックアーティストも、自分の好きなモノをグループ名や曲名にしていますから。

ニュートン みんなポカリン(笑)。でも、今ではダディーの影響で、全員ごま油好きです。ダディー 今回10年ぶりに再レコーディングした曲が「ゴマアブラのテーマ」。他にも「フライ揚げる」や「海老BODV」という曲とか、アルバム名が「炒める」だったり。

ヌルボン 9割くらいがこういう感じの楽曲ですかね。音楽としてはソウル、ファンク、ディスコ的なダンスミュージックです。

—— 「「ゴマアブラのテーマ」は、ごま油の食育ソングにしたいくらい!

ダディー “なんか足りない”というフレーズが、一度聴いたら耳に残って、つい口ずさんでしまうんですよ。テンポが速くてノリがいいし。バンドの名刺がわりの曲です。おにぎり ライブハウスツアーや路上ライブでもかならず歌ってるから、かれこれ10

Let's get oil on!
Yeah!

Vo.

ダディー直樹の
スペシャルレシビつき!

ゴマアブラのテーマ

作詞・作曲／林“ダディー”直樹

(なんか足りない) なんか物足りない
はじけるTonight! あれしかない
(なんか足りない) Hey そんな時は **ゴマアブラ**

お前に心奪われて 胸痛めてみたい **炒めたいの**
お前最高の女 賭けてもいい (**かけたい**)
なくても生きていける でもなんか足りねえ なんか足りないの...
だすぜ最高の風味 試してみな**魔法の油**
So Come on! Let's get oil on! Yeah!

(なんか足りない) なんか物足りない
はじけるTonight! あれしかない
(なんか足りない) Hey そんな時は **ゴマアブラ**

毎日でもお前に 会えたらいい **和えたら**
暗いのには飽きたから 明かり点けてもいい? (**浸けたい**)
なくても生きていける でもなんか足りねえ なんか足りないの...
だすぜ最高の風味 試してみな**魔法の油**
So Come on! Let's get oil on! Yeah!

(なんか足りない) (なんか足りない)
(なんか足りない) なんか物足りない
(なんか足りない) なんか物足りない
(なんか足りない) なんか物足りない
(なんか足りない) なんか物足りない

炒めたら最高 痛めたら最高
かけてもいい 賭けてもいい
和えても最高 会えても最高
浸けてもいい 点けてもいい?

ゴマアブラ (**ごま油**) ゴマアブラ (**ごま油**)
ゴマアブラ (**ごま油**)
ゴマアブラ

So Come on! Let's get oil on! Yeah!

(なんか足りない) なんか物足りない
はじけるTonight! あれしかない
(なんか足りない) Hey! そんな時は Hey! **ゴマアブラ**
(なんか足りない) なんか物足りない
はじけるTonight! あれしかない
(なんか足りない) Hey! そんな時は **ゴマアブラ**

ごま油を かけたい!



1. ナスと大根、油揚げで味噌汁をつくる。
2. 食べる時に太香胡麻油を好きにだけかける。

ごま油に浸けたい!



1. 小皿に醤油と太香胡麻油を入れる。
2. マグロ赤身の刺身を浸けて食べる。

ごま油最高! ごはんもすすむ!



再レコーディングした
「ゴマアブラのテーマ」のMVもアップ!
ごま油料理のバイブルミュージック
としてもオススメです



ごま油で炒めたい!



鶏もも肉の香味炒め

1. 鶏もも肉1枚を一口大に切ってコショウをし、太白胡麻油適量で焼く。
2. 鶏肉を取りだし、圧搾純正胡麻油 濃口大さじ1を入れ、スライスしたニンニク1かけを炒める。
3. 白菜2枚分 (切って電子レンジで加熱) を加え、鶏肉をもどし、タカノツメ、塩、いり胡麻 白を順に加える。

ごま油で和えたら!



キュウリと大根の梅肉和え

1. キュウリ1本、大根厚さ2cm分を細切りにする。
2. 梅干し2個を包丁で叩き、だし醤油少々、圧搾純正胡麻油大さじ1と混ぜる。
3. 1を2で和え、鰹節少々を加える。



00回は演奏してるよね。

—— 今回は本誌のために、
ダディーさんに歌詞に合わせ
て「炒めたい」「かけたい」「和
えたら」「浸けたい」おすすめ
4品のレシビを披露してもら
いました。

おにぎり 昔からずっとライ
ブのMCでも言っていました。
味噌汁にかけるとうまいとか、
納豆冷や奴にかけるとか。

ダディー ごま油をかけるだ
けで、すごく簡単においしく
なるのに、みんな知らなくて
もったいない! と思って。

ヌルボン ライブではごま油
をプレゼントするのが恒例で
す。配りながら、こうやって
食べて! ってアドバイス。

ニュートン まちがいなく、
世界で一番ごま油に経費を使
っているバンドですね。

ダディー 今はなかなかライ
ブができない状況ですが、再
開したら、ますますごま油を
普及させていきます(笑)!

(ジーロックス・スタジオにて)

es koyama 小山進と音楽

兵庫県三田市で、1500坪の敷地に8つのスイーツやパンのブランドをくり広げる「エスコヤマ」のオーナーであり、パティシエ、ショコラティエである小山進シェフ。おいしさを生み出すクリエイションは、常に愛する音楽とともにあります。

#1

EAT BEAT HOUSE

三田の自然の中のEAT BEAT HOUSEで、小山さんは人として、食業界に携わるパティシエとして原点に回帰しようとしている。「みなさんの日常にはどんなビートが刻まれていますか？」そんなメッセージを小山さんはここから発信したいと思っている。



山梨県から三田に移送されてきたばかりのタイニーハウス「EAT BEAT HOUSE」。赤い木の扉を開けると、そこは木の温もりと小山さんのこだわりに満ちあふれたアトリエ。真っ青なカウンターは知人でもある世界的な左官職人、久住有生さんによるもの。

8ビートなイトビート

そんな小山さんが今春から、新たな発信源として活用しはじめたのが、EAT BEAT HOUSEだ。いかにも音楽好きな小山さんらしいネーミングの理由は何だろう。

「食のビートを刻むこと、8（エイト）ビートを掛けています。僕の日常には、いつも音が流れています。ホイッパーでシャカシャカと生クリームを泡立てている音とか、ボウルに氷が当たるカーンカーンという音、生地が焼けたか

かわらず5000人も集客。しかも会場は、神戸の老舗ライブハウス・チキンジョージ。おそらくこのイベントが、小山さんの音楽好きを世間に知らしめたきっかけだった。小山さんの音楽歴は長い。歌うと声が高く、普通に歌えなかったから、学校の音楽の授業は苦手だったという。音楽に目覚めたのは、自分のキーに合わせて歌うことを覚えてからで、高校時代にバンド活動をスタート。いまだ大ファンの甲斐バンドにはじまり、ビジュアル系バンドの元祖といわれるノヴェラのファンに。ノヴェラのボーカルのソロプロジェクトでバックボーカルをしていたこともある。

2005年に小山進さんが主催した「パティシエロックナイト」。ロック好きなパティシエが集結し、スイーツとともにライブを楽しむイベントは、SNS前時代にもか

#2 クリエーションと音楽

音楽で学んだことは、すべてに生きている。世の中にはものすごい数の音楽もスイーツもあるけれど、めざすのはオンリーワンのモノづくり。エスコヤマの店づくりも、ケーキやショコラの創作も、クリエイションの根っこは音楽と同じ。



(ダイジェスト)

小山進のMUSIC HISTORY

1964 京都に生まれる

1979 高校1年からバンド活動開始。

甲斐バンド、ノヴェラにハマる

1982 専門学校時代、プロのプログレッシブロックバンドのバックコーラスとして数々のライブに随行

2003 「パティシエ エスコヤマ」開業

2005 ロックバンド活動を再開。『パティシエロックナイト』を主催、その後vol.9まで開催し、東京や福岡などにもムーブメントが伝播。X JapanのTOSHIさんなどゲスト陣も豪華な顔ぶれ

2009 『題名のない音楽会』(テレビ朝日)に出演、佐渡裕さんが指揮する音楽のイメージをスイーツで表現

2015 音楽プロデューサーの小林武史さんが突然エスコヤマを訪問

『The Lost Treasure 失われたアルファの秘宝』～時を経て再び巡り合う運命

のカカオの物語～』の動画をScheherazadeの平山照継さん、佐藤竹善さんの2本の楽曲で製作

誕生日ライブ『Susumu Koyama's Rock night』開催。以降、毎年行なう。恒例ゲストは嘉門達夫さん

2016 発酵をテーマにしたSUSUMU KOYAMA'S CHOCOLGY 2016をもとに、佐藤竹善さんが「Human」を作詞・作曲。新日本フィルハーモニー交響楽団により演奏され、アルバム収録

2017 徳間ジャパンコミュニケーションズからエスコヤマのケーキをイメージしたアルバム『Sweets Wonderland / es koyama with friends』リリース

デコレーションケーキ専門店「夢先案内会社 FANTASY DIRECTOR」開店にともない、コンセプトムービー公開。平山照継さんが『魔法の鍵』を作詞・作曲

2018 小林武史さん、「レフェルヴェンソンス」の生江史伸シェフと、レストランイベント「What is ART? EAT? SO MEET? Vol.1 ～ショコラとガストロノミーと少しのインプロビゼーションによる組曲～」を開催

2019 小林武史さんと『MIXOLOGY ～ショコラ・音、そして食をめぐるクリエイティブの協奏～』を東京、京都で開催

KISSの来日公演時、KISSモチーフのデコレーションケーキをプレゼント

絵本『ビートルくんと きんいろのバウム』(フリーベル館)出版にともない、平山照継さんによるBGMで動画制作

※オリジナル製作の動画はYouTubeチャンネル「es koyama TV」で視聴できる。



「僕と音楽」をテーマにしたデコレーションケーキ。フランボワゼ(フランボワーズのジョコンド生地やジュレなどを層にしたバタークリームケーキ)の上に、愛用するギターYAMAHA・APX1000の立体チョコレート細工。その背景には、ピアノや音符、そして「クリエイティブの樹」には幼少の頃から好きな化石などが、2020年に創作したボンボンショコラもモチーフに。

どうか手で触れて確かめる時のジューツジューツという音とか。こんな心地いい、おいしい音を伝えられたい、もっとお菓子って楽しい、エスコヤマっておもしろいと思ってももらえるんじゃないかなって。これらのリズムはまさに音楽みたいなもので、アップビートな時もあれば、スローになる時もある。

曲のサビや変拍子と一緒。音やビートは、僕が仕事をする楽しみのひとつなんです」
昨年、小山さんはYouTubeチャンネル「es koyama TV」で、看板商品の小山ロールや小山チーゾの秘密に迫るクリエイションムービーをリリースしている。そこには文字の説明は一切なく、ひた

すらスタッフが製造する工程を口ツクなBGMとともに追うのだが、卵をコンコンコンと割る音にはじまり、現場のスピード感やダイナミックなリズムとともに、不思議なほどに、驚くばかりのおいしさが伝わってくるのだ。
EAT BEAT HOUSEから小山さんが今後発信するビートやリズム

ムは、スイーツの新しい魅力を伝えてくれるにちがいない。
小林武史さんとの出会い
小山さんの交友関係には音楽関係の人も多い。甲斐よしひろさん、松本隆さん、佐渡裕さん…と豪華な人脈だが、パティシエとして食の業界で生きていく上で、近年一

MY MUSIC PLAYLIST

Mr.Children

ロード・アイ・ミス・ユー／CHILDREN'S WORLD
星になれたら／メインストリートに行こう／LOVE

上のデコレーションケーキのクリエイティブの樹にあるのは、ミステルのファーストアルバムから3枚目までのアルバムジャケットのチョコレート。P14の「白ごまとレモンの乳化パスタ」を考えた時に聞いたプレイリストが、これらのアルバムに収録された5曲。

エスコヤマのミュージックMAP

#3

まるでスイーツのワンダーランドのようなワクワク感いっぱいのエスコヤマ。
敷地内には8ブランドのショップがあります。各ショップのBGM聴きめぐりはいかが。



工房

店頭には流れないボリュームで、各工房それぞれにBGMをかける

Rozilla [ショコラトリー]

カカオ産地訪問時に現地で購入したCDを中心に、コロンビア、メキシコ、ペルーなどの現地感あふれる音楽100曲のミックス



未来製作所

[子供だけのショップ]

未来製作所オリジナルのテーマソングがBGM。キッズ向け教育番組的なインストゥルメンタル



KOYAMA EX!

[ギフトサロン]

パリにあるデザイナーズホテルhôtels costesのCDから、カッコいいラウンジミュージック



小山菓子店

[お土産菓子専門店]

吉田兄弟、上妻宏光、KoKoo、Delleの楽曲。津軽三味線、尺八、箏といった和楽器のインストゥルメンタル



es koyama

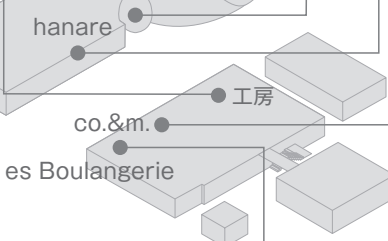
[パティスリー]



エスコヤマのスペシャルケーキ11品をイメージした11曲のアルバムから。楽しそうで、でも面白いのじゃまにならないBGMがコンセプト



Sweets Wonderland / es koyama with friends
徳間ジャパンコミュニケーションズ



hanare

[カフェ]

洋のポップスを中心に



co.&m.

[コンフィチュール & マカロン]

ハウス系ミュージック

パティシエ エス コヤマ

兵庫県三田市ゆりのき台5-32-1
☎079-564-3192 ☎10:00
～18:00 水、他不定休あり
<https://www.es-koyama.com/>



夢先案内会社

FANTASY DIRECTOR

[デコレーションケーキ専門店]

es koyamaと同じ



es Boulangerie

[ブーランジェリー]

小麦の成長を育む太陽をテーマにした曲をセレクト

敷地内ではアウトドアミュージックも。週末には音大生たちが奏でるバイオリンの音が響きわたる。将来的にはアコーディオンなど楽器も増え、プレーメンの音楽隊のような光景がくり広げられる日も近い!

ただいまのシーズンは
こちらのケーキ



Pure

～ピスタチオ&苺ミルク～

チョコレートとクリーム、太白胡麻油を使用したほわほわ生地がスーッと同時に溶けるホールケーキ。6月にピスタチオが新登場。

「店がテレビの収録をしていたら、スタッフが『小林さんという方が来ている』と。そのアポなしの来訪者が小林武史さんでした(笑)。僕はミステルの大ファンなので、小林さんは神のような存在。収録を2時間も止めてもらって、お話をしました」

当時、小林さんはクルックフィールズの開業準備のために、知人からエスコヤマが参考になるとアドバイスをもらっていたという。以来、二人は意気投合。クルックフィールズでは、小山さんが農場の卵やミルクを使ったシフォンケーキの開発をし、スタッフのワークショップをヘルプするなど、いい関係を続けている。

「僕が周囲から何で!?といわれながらも、三田にエスコヤマを出店したのは、自然と四季が、自分のオリジナリティのあるモノづくりの源泉がここにはあるから。風と緑、そしてセミや鳥の鳴き声といった季節の音がBGMです。僕のインプットは自然が身近にある日常から。そのさらなる理想の場がEAT BEAT HOUSE(と)」

番影響を受けているのが、音楽プロデューサーの小林武史さんだ。音楽シーンから社会にメッセージを投げつけている小林さんは、2019年に千葉県木更津にサステナブルな農業をめざす施設「クルックフィールズ」を開いた。その数年前に、二人は出会っている。



乳化のポイントは
レシピ動画で

料理好きなショコラティエの乳化ソース

#4

夏のイタリア・シチリアを彷彿とさせる、レモンの酸味と香りがさわやかなパスタ。
スープときちんと乳化させた白ねり胡麻がまるでナッツのように香り立ち、
奥深い味わいに。乳化のテクニックはショコラティエの本領発揮!

白ごまとレモンの乳化パスタ

材料 2人分

鶏モモ肉 …… 250g

玉ネギ …… ½個

ニンニク …… 1かけ

太香胡麻油 …… 大さじ1+大さじ1

コクと香りのねりごま 白 …… 40g

帆立貝柱缶詰 (ほぐし身) …… 70g

スープ 200g 使用

水 …… 350g

干しシイタケ …… 1枚

チキンブイヨン …… ½個

だしパック …… 1袋

醤油 …… 少々 (1g)

砂糖 …… 少々 (1g)

塩、黒コショウ …… 各適量

スパゲッティ …… 200g

レモン (皮、果汁) …… 適量

スプラウト …… 適量

いり胡麻 白 …… 適量

1 鍋にAを入れて火にかけ、煮立ったら火をとめてそのままおく。スープを200g計量し、醤油と砂糖を加える。

2 鶏肉は一口大に切る。玉ネギは厚さ1cmのくし切りにし、ニンニクはみじん切りにする。

3 フライパンで太香胡麻油大さじ1とニンニクを香りが立つまで炒め、鶏肉を入れ、塩、コショウをして炒める。表面が白くなったら取りだし、ラップをかけてそのままおいて余熱で火を通す。

4 3のフライパンに太香胡麻油大さじ1を足し、玉ネギを炒め、塩、黒コショウをする。取りだしておく。

5 4のフライパンをペーパータオルでふいてきれいにし、コクと香りのねりごま 白を入れる。ここに1のスープを約15mlずつ加え、そのつどゴムベラで手早く混ぜる。これはねり胡麻の油脂分とスープの水分を乳化させるプロセス。冷たいと乳化しにくいので、時々火にかけて温めながら。8回目を加えて混ぜるあたりでなめらかになるので、残りを加えて混ぜる。

6 5を火にかけ、帆立貝柱缶詰を汁ごと、3の鶏肉、4の玉ネギを加え、鶏肉に火が通るまで煮て、黒コショウをする。

7 スパゲッティをゆで、6に加えて和える。

8 盛りつけし、レモンの皮をすりおろしてふりかけ、果汁も絞りかける。スプラウトを添え、いり胡麻 白をふる。



が抜群」

この乳化パスタは、大好きなミスチルを聴き、そして時折愛用のギターを弾きながら考えた一品。音楽好きな小山さんのらしさが詰まっている。

「知らないごま油があると悔しくて(笑)。全部使いこなすぞって」と小山さん。夏向きパスタのレシピも、さすがの深掘りリストבריを發揮している。

「知らないごま油があると悔しくて(笑)。全部使いこなすぞって」と小山さん。夏向きパスタのレシピも、さすがの深掘りリストブリを發揮している。

深掘りパスタ誕生



「高円寺メタルめし」降臨！

メタラーに捧ぐ、ヘビロテ夏めし

ブタコンクレイジー [豚バラとコンニャクのおかか炒め]

材料／2.3人分 豚バラ肉スライス90g コンニャク130g 長ネギ10cm 圧搾純正胡麻油大さじ1 鰹節1袋 醤油小さじ2 粗挽き黒コショウ適量 つくり方 ①豚バラ肉は幅4cmに切る。コンニャクは一口大にちぎり、長ネギは斜め薄切りにする。②フライパンに圧搾純正を入れて中火で熱し、豚バラ肉を炒める。火が通ったらコンニャク、長ネギを加えてさらに炒める。③コンニャクに焼き色がつき、長ネギがしんなりしたら、鰹節、醤油を加えて全体になじませながら炒める。仕上げに粗挽き黒コショウをふる。



PLAYLIST

CRAZY NIGHT / LOUDNESS

これぞ晩酌メタル！お酒もおつまみもクレイジーにすすむ曲デス！

東京・高円寺にある「高円寺メタルめし」は、知る人ぞ知るメタル系の居酒屋的レストラン。「三度の飯よりメタルが好きかも！」というヤスナリオさんがつくる、元気モリモリ料理が人気です。夏向きのメタルめしの料理はごま油がきいてます！



クリチーとメタラー油のグリーンサラダ

[枝豆とキュウリのクリームチーズラー油和え]

材料／2人分 キュウリ1本 枝豆(冷凍)10サヤ程度 塩、コショウ各適量 クリームチーズ約30g 純正ごまラー油適量 つくり方 ①キュウリは縦半分に切り、スプーンで種の部分をこそぎ取り、厚さ1cmの小口切りにする。枝豆は解凍してサヤから出す。②①を盛りつけ、塩、コショウをふる。クリームチーズを1cm角程度にちぎってのせ、純正ごまラー油をかける。

PLAYLIST

GREEN-TINTED

SIXTIES MIND / MR.BIG

グリーンなイメージの爽やかな曲調がベストマッチ！



ソウメンモッシュ！

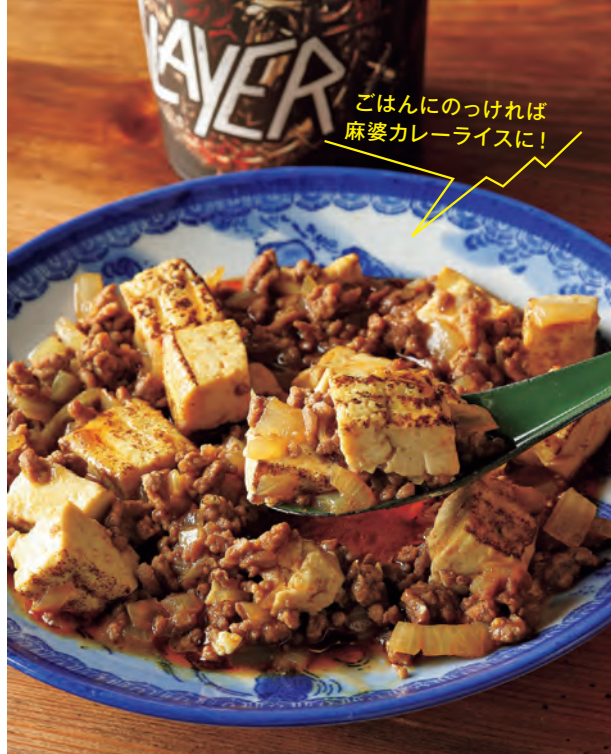
[まぜそば風そうめん]

材料／1人分 そうめん1束 醤油、オイスターソース各大さじ1 すりおろしニンニク(チューブタイプ)1cmくらい 青ネギ、海苔各適量 温泉卵1個 いり胡麻 白適量 かけ旨ごま油 マイルド適量 花椒パウダー適宜 つくり方 ①そうめんをゆでて水で洗い、よく水気を切って器に盛る。②醤油、オイスターソースをかけ、ニンニク、青ネギの小口切り、海苔、温泉卵をのせ、いり胡麻 白をふる。かけ旨ごま油 マイルドを回しかける。

PLAYLIST

CAUGHT IN A MOSH / ANTHRAX

聴きながら混ぜ混ぜモッシュすると、ウマさ倍増！



ごはんにつければ
麻婆カレーライスに!

WELCOME TO THE 冷や汁

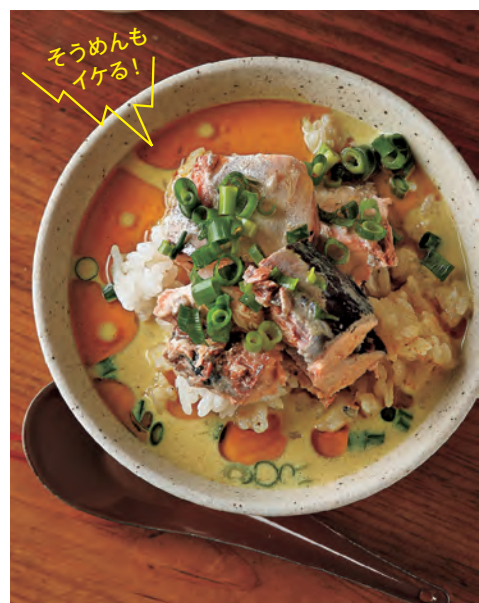
〔豆乳カレー冷や汁〕

材料／1人分 豆乳(無調整)100ml
カレー粉、醤油各小さじ2 温かいご
はん1膳 サバ水煮½缶 压榨純正
胡麻油小さじ1 青ネギ適量 つくり
方 ①豆乳、カレー粉、醤油を泡立て
器でよく混ぜる。②ごはんを盛り、①
をかけ、サバ水煮を汁ごとのせる。圧
搾純正をかけ、青ネギの小口切りをち
らす。

PLAYLIST

WELCOME TO THE
JUNGLE / GUNS N' ROSES

ようこそ冷や汁ジャングルへ。聴くだけで
食欲アップ!



マーボ・ラヴァー〔カレー麻婆豆腐〕

材料／2、3人分 玉ネギ¼個 焼き豆腐⅓丁(約130g) 合いびき肉100g 焼
肉のタレ大さじ2 カレー粉、薄力粉各小さじ1 水大さじ3 純正ごまラー油適
量 つくり方 ①玉ネギはみじん切り、焼き豆腐は2cm角に切る。②フライパンでひ
き肉を炒め、火が通ったら玉ネギ、焼肉のタレ、カレー粉、薄力粉を加えてさらに炒
める。③焼き豆腐、水を加えて汁気が少なくなるまで2〜3分煮る。④盛りつけて、
純正ごまラー油を回しかける。

PLAYLIST TURBO LOVER / JUDAS PRIEST

麻婆豆腐愛好家(マーボ・ラヴァー)にぜひ聴いてもらいたい!



和製ブラックサバ酢

〔サバ水煮×とろろ×黒ごま×酢〕

材料／2人分 サバ水煮1缶 長芋*50〜60g いり胡麻 黒大さじ
2 酢、醤油各適量 大葉4枚 *長芋はすりおろして小分けにして
冷凍しておくと便利 つくり方 ①長芋は電子レンジ(600w)で20〜
30秒加熱して半解凍する。②器にサバ水煮を盛りつけ、①をのせる。
いり胡麻 黒をふり、酢、醤油をかけ、せん切りにした大葉をのせる。

PLAYLIST 地獄のご馳走／人間椅子

人間椅子を聴きながらつくれば、サバ缶もご馳走!



高円寺メタルめし
東京都杉並区高円寺南3-49-
12 ☎080-7283-6219 📺

11:30〜14:00、18:00〜22:30 📺木 http://
kouenjimetalmeshi.wix.com/metalmeshi

ヤスナリオ

自称「料理勉強家」、「高円寺メタル
めし」オーナー。東京メトロのフリー
ペーパー「メトロポリターナ」で「めし
うまナイト」を連載中。

手軽な食材からつくる、食欲
がモリモリわくメニュー。「高
円寺メタルめし」のヤスナリオ
さんのレシピは、ごま油使いの
センスが抜群です。
「メタルめしと名乗るには、お
いしいだけでなく、メタルに関
係あるメニュー名じゃないとダ
メ。だから、けっこうハードル高
しデス」
今回の料理名はメタラーで
なくてもわかりそうな初級レ
ベル。お味は確約、あとは料理
名も一緒にお楽しみを!

遠くにでかけなくても、
アウトドアグッズをもっていなくても、
お手軽にベランダや庭でキャンプ気分を楽しめるのが「ベランピング」。
無類のアウトドア派の「ターブルオギノ」荻野伸也シェフが
ベランピングにおすすめのレシピをご紹介します。

つくって、 食べて楽しむ♪ ベランピング 満喫レシピ

／チキン丸ごと
／ワイ！／

鶏のポットローストが焼きあがりました！
ベランピングで楽しむアウトドアメニューは
材料を切って鍋に入れたり、詰め込んだりしたら、
あとは火の力にまかせて待つだけ。
気持ちのいい風に吹かれながら、
ゆっくりとできあがりを待ちます。
最高のリラックスタイム。



荻野伸也

1978年生まれ。2007年に「レストランオギノ」開店、シャルキュトリ「ターブルオギノ」部門を2012年にスタート。現在、店舗は「ターブルオギノ 湘南T-SITE」に一本化し、食環境サイクルを考えながら多岐にわたり活躍中。サーフィン、トライアスロン、トレイルランニングが趣味のアクティブ派、狩猟もする。

MY MUSIC PLAYLIST



To the Sea
Jack Johnson

©ユニバーサル ミュージック



Know.
Jason Mraz

提供：ワーナーミュージック・ジャパン

電子的なサウンドではない、オーガニック・ミュージックがとても心地よくて好き。僕が志している食環境サイクルと目線は一緒。



ホイルがふくらんだら
ジューシーな焼きあがり
簡単なのに、
オシャレなメニュー！

魚介のホイル焼き

材料 1人分

圧搾純正胡麻油 … 適量+約大さじ2
レモンのスライス…… 3枚
サーモン …… 120g
小海老 …… 4～6尾
アサリ …… 約10個
エリンギ茸 …… ½本
ブチトマト …… 2個
玉ネギ …… ½個
ローズマリー …… 1枝
白ワイン …… 大さじ1
(日本酒や水でもOK)
塩、コショウ …… 各適量

- ① 皿などに大きめにカットしたアルミホイルをのせ、圧搾純正適量をぬる。
- ② ①にレモンのスライス2枚を並べ、その上に塩、コショウをしたサーモンをのせる。
- ③ 小海老、アサリをのせ、手でちぎったエリンギ茸、半分にカットしたブチトマト、玉ネギ、レモンのスライス1枚、ローズマリーをのせる。
- ④ 白ワインをふりかけ、塩、コショウをし、圧搾純正小さじ2をかける。
- ⑤ アルミホイルをふんわりとたたんで包み、周囲を少しづつ折り重ねてとじる。
- ⑥ グリルやたき火の端に置いて15分蒸し焼きする(オーブンで焼く場合は180℃で約15分)。

☀ 魚介や野菜は何でもOK。ウインナーを入れると、お子様にも大人気！



具材を包み、あとは焼くだけ。使った炭焼きグリルは、網つきの小さいアルミ容器に炭が入ったインスタントグリルで、簡単着火、使い捨てOKな便利グッズ。グリルやコンロは熱くなるので、小型サイズのアルミニウムテーブルの上に置く安全。

インスタントグリル327円、アルミニウムテーブル1628円(コナン)

＼レシピ動画／



ターブルオギノ 湘南 T-SITE

神奈川県藤沢市辻堂元町6-20-1 湘南
T-SITE ☎0466-53-7756 🕒月～金
11:00～20:30(19:30L.O.)、土日9:00
～20:30(19:30L.O.) 📍基本無(湘南
T-SITEに準ずる) オンラインショップ
<https://tableogino.raku-uru.jp/>

ベランダや庭で気軽なキャンプ気分を味わう、ベランピングがブームです。ベランピングのおすすめポイントは、思い立ったらすぐに楽しめること。炭焼きグリルやコンロを使って、アウトドア調理をエンジョイするよし。室内のコンセントにつないで、ホットプレートで料理するのもよし。もっと手軽にキッチンオーブンやガスコンロでつくり、ベランダにテーブルをだして食べる、というのももちろんあり。楽しみ方は人それぞれです。

荻野シェフがおしえてくれた、ごま油を生かしたレシピ5品は、本格的なアウトドアクッキングでも役に立つポイント満載。動画レシピもぜひご覧ください！



丸鶏の ポットロースト



鍋に野菜と丸鶏を入れて、あとはほったらかし
ごま油とローズマリーでめっちゃいい香り！

材料 1羽分 (約4人分)

玉ネギ …… 1個
赤パプリカ …… 1個
ジャガイモ …… 3個
エリンギ茸 …… 3本
ニンニク …… 1個
圧搾純正胡麻油 濃口 … 大さじ $\frac{3}{4}$ + 大さじ3弱
丸鶏 (中抜き) …… 1羽
塩、コショウ …… 各適量
ローズマリー …… 2枝
白ワイン …… 大さじ2
(日本酒、赤ワインなどでもOK)

＼レシピ動画／



① 玉ネギは芯を残したまま4等分のくし切りに、赤パプリカも4等分にカットする。ジャガイモは大ぶりにカット。

② 鋳物ココットやダッチオーブンなど厚手の鍋に①を入れ、エリンギ茸を太めに裂いて入れる。ニンニクは皮つきのまま1かけごとにバラして入れる。

③ 圧搾純正 濃口大さじ $\frac{3}{4}$ を上からかけ、火にかけて全体に油が回るまで炒める。

④ 丸鶏に塩をしっかりとふって手で軽くすり込み、腹の中にもすり込む。コショウもふる。

⑤ ④を③の上にのせ、ローズマリーをのせ、圧搾純正 濃口大さじ3弱を回しかけ、白ワインをふる。

⑥ フタをして、グリルやたき火の端に置いて1時間半ローストする (直火でそのまま焼く場合はごく弱火で約30分、オーブンで焼く場合は180℃で約40分)。

🔥 丸鶏の面倒な下準備はナシ！ 加熱時間は丸鶏の大きさにより加減を。



丸鶏のポットローストは、香味野菜やチキンのエキスを圧搾純正 濃口の香味が合わさったオイルスープが美味！ メスティンで炊いたごはんは具をのせて、オイルスープをたっぷりかけて。



メスティンで
炊飯！



材料 1合分
米 …… 1合
水 …… 約220ml
太白胡麻油 … 小さじ $\frac{1}{2}$

① メスティンに洗った米と水を入れて浸水させる。

② ①に太白胡麻油を入れ、フタをする。グリルやたき火などに置き、フタの上に石など (缶詰でもOK) をのせて重しをして約15分炊く。

③ 火からはずし、20分蒸らす。

メスティン1078円、インスタントグリル327円、アルミニートーブル1628円 (コーナン)



※記載した商品の価格は取材時点のものです。

「ホームセンターコーナン」に
アウトドアグッズを
買いにいこう！

全国に約400店あるホームセンター「コーナン」は、充実したアウトドアグッズのコーナーが魅力。初心者から本格的なキャンパーまで満足する品揃えです。5品のレシピとともにご紹介したアウトドアツールは、すべてコーナンオリジナル製品でプライスもお手頃。ベランピングをはじめたい方はぜひ！ コーナンのウェブサイトにはオンラインショップもあります。
<https://www.hc-kohnan.com/>



ホームセンターコーナン 福知山店内「コーナン産直館」にて、マルホン胡麻油がズラリと並ぶコーナーを発見！ アウトドアレシピの食欲をそそることまちがいない。

ビタミンカラーの夏野菜をギュウギュウ
たっぷりでてくる水分と
太香胡麻油が美味なエキスに



夏野菜のグラタン

材料 4人分

玉ネギ …… 1/2個
トマト …… 1/2個
ズッキーニ …… 1本
ナス …… 1/2本
ニンニク …… 2かけ
塩、コショウ …… 各適量
太香胡麻油 …… 大さじ4

＼レシピ動画／



- ① 玉ネギは繊維を断ってスライスし、耐熱容器に敷く。
- ② トマトは半分に切り、厚さ2～3mmの薄切りにする。ズッキーニ、ナスも同様に薄切りに。ニンニクはみじん切りにする。
- ③ ①にトマト、ズッキーニ、ナスを1列ずつギュウギュウに詰め、ニンニクをふりかける。
- ④ 塩をたっぷりとふり、コショウをし、太香胡麻油をかける。
- ⑤ アルミホイルをかぶせ、グリルやたき火の端に置いて約30分焼く（オーブンで焼く場合は180℃で約20分）。

☀ 荻野さんの夏のイチオシメニューがコレ。「塩はたっぷり、思っている倍の量をふるくらいでちょうどいいです!」。耐熱容器の大きさに合わせて野菜の量は加減を。野菜の種類もお好みで。



野菜はこれ以上は無理!というくらいにギュウギュウに詰めるのがポイント。コンパクトサイズの卓上コンロはベランピング入門編におすすめ。

コンパクト収納 卓上コンロS 1628円（コーナン）

イチゴと ごまミルクソースの パンケーキ

材料 1枚分
パンケーキ

ホットケーキミックス粉（市販）… 1枚分
卵、牛乳 …… 市販品の材料表通りに
太白胡麻油 …… 小さじ1+適量

ごまミルクソース

コクと香りのねりごま 白 …… 1/4カップ
練乳 …… 1/4カップ

イチゴ …… 適量

- ① ホットケーキミックス粉、卵、牛乳を混ぜ、太白胡麻油小さじ1を加える。
- ② フライパンを熱して太白胡麻油適量をひき、①を焼く。
- ③ コクと香りのねりごま 白と練乳を軽く混ぜ合わせる。
- ④ パンケーキに食べやすくカットしたイチゴをのせ、③のごまミルクソースをかける。

☀ 濃度がついてたれにくいソースなので、アウトドアではとくにおすすめ。たっぷりかけて!

＼レシピ動画／



パンケーキとごまミルクソースはアウトドアでも簡単にできるレシピ。パンケーキ生地に太白胡麻油を入れると、冷めてからでもパサつきにくい。コンパクト収納 卓上コンロS 1628円（コーナン）

混ぜるだけで、
バツグンのおいしさ!
荻野さんのマイブーム、
イチゴ&ごまミルクソース



＼とろ〜り／

江戸前 晋作

東京・本郷

西村晋作

「日々アップグレードしつづける天ぷら」

東京一の文教地区・本郷に店を

構える「江戸前 晋作」。35歳の若き店主の西村晋作さんは、幼い頃から音楽家をめざしていたが、27歳の時に「みかわは山居」の早乙女哲哉氏の天ぷらに魅せられ、100回以上も通いつめて熱心に研究。修業経験がないまま、天ぷらの世界に足を踏み入れた。

何でも自分で掘り下げずにはいられない、持ち前のアーティスト魂は会得した技法に満足することなく、日々アップグレード。要となるのは独自の視点で変えつづけている「衣」だ。

「粉はマイナス60℃で保管し、ふるいにかけて粉雪のようにボウルに降り注ぎ、表面積を大きくします。衣の仕込みにプラスして、水、卵、粉の比率、溶き方まで、その時々で

綿密に計算します。天ぷらは衣が一番重要。それによって熱圧のか

かり方が変わります。逆に衣がダメだと、何をしてもしない通りの仕上がりにはなりません」

と西村さん。素材ごとに細やかに衣を調整しながら、油のパワーを最大限に生かせるという、太香胡麻油淡（業務用）と綿実油を半々でブレンドして用いる。なかでも特徴的なのが、やや濃いめの衣で140℃の低温でじっくり揚げる穴子だろう。

「低温のほうがより熱圧がかかり、皮目は直焼きのようにパリパリに。身は保水しつつ脱水するため、炊いたような口当たりで、味の濃さと余韻があります。僕は職人よりアーティストや芸術家。魚を熟成させて割いて、粉を仕込んで衣をつ

けて揚げる天ぷらには、音楽に近いものを感じます」

天ぷらは音で揚げるともいわれるが、西村さんは「それは従来の天ぷら。揚げの意識が頭から離れないから、その先の仕事に踏み込めない。揚げという基本動作は無意識の境地で、その上で頭は“焼き”にいつている。油の中で蒸し、脱水、焼きにより、素材をおいしくするのが自分の天ぷらです」という。なすやしいたけといった野菜にも一工夫あり、江戸前のきす、めごち、いかは数日間ねかせてから使うため、うまみが際立つ。

たとえ見た目は同じでも、ベストを尽くすことで、味はさらに一歩、理想に近づく。足繁く訪れる客もまた、そのライブ感と進化を楽しんでいる。

江戸前 晋作

東京都文京区本郷4-2-4 加藤ビル1F ☎03-5615-8728

営業時間／19:00～一斉スタート 日祝休

東京メトロ丸ノ内線、都営大江戸線本郷三丁目駅◎徒歩4分 <https://www.shinsaku.tokyo/>

おまかせ1万9000円。縮めのまぐろ茶漬けは、かき揚げ天丼にもできる。

予約は月はじめに、当月を含む3ヵ月分を受付。



1 対馬産の活け穴子は、身の中心から尾までは、蒸されてふわふわしっとりした口当たり。うまみが強く余韻が長い。2 同じく穴子。脱水された身の薄いところは濃厚な味わいに。カリッとした皮目は地焼きのような印象。辛めの醤油だれをからめて供する。3 なすは皮側には衣をつけず、細かい切れ目を入れて揚げることで皮はパリッと、中はとろとろの状態に。こちらも上半分は塩で、身の厚い部分にはたれをからめる。「皮が衣代わりです」と西村さん。4 味が安定している山梨産の菌床栽培のしいたけは、油の中でじんわり“焼く”ことで、香ばしいメイラード反応を起こさせる。どこか干ししいたけにも似た味わい。5 甘さが際立つ小柱のかき揚げは、基本は天井で。小柱それぞれに同じ隙間をつくることで均等に熱圧がかかるため、1分程度で揚がる。「小柱は生で食べるより、かき揚げで食べるほうが断然おいしい」。6~8 素材に応じて粉のつけ方や衣が異なる。なすは全体に生粉をつけ、断面だけ粉をこぼろ落とす。しいたけの傘の部分には、綿密に計算して粉をふるう。小柱のかき揚げはそのつど衣をつくる。9 揚げ油は太香胡麻油 淡と綿実油を半々。10~12 マイナス60℃で保管する粉は表面積が大きく、パウダースノーのような白煙が立ちのぼる。衣の中の気泡が失われないよう細心の注意を払ってかき混ぜる。13 天ぷらに合わせて、瓶内熟成させたマニアックな日本酒を数多く取り揃える。左から、三笑楽 山廃純米酒、菊姫山廃吟醸、満寿泉 純米吟醸。14・15 カウンター7~8席。2016年に開店。



ごま油のおかげ!

毎日食べたい、 やみつきごはん

笠原将弘 賛否両論

連載 13

昼下がりのAMラジオ、毎日の仕事終わりのサウナ、そして青春時代の80、90年代バンドミュージック。笠原さんが大好きなコトと、その極楽なひと時に一緒に食べたいメニュー4品をご紹介します!

音楽は80、90年代の日本のバンドをCDで。青春時代がぴったりこの時代だから、THE BLUE HEARTS、ZIGGY、BARBEE BOYS……。ゆっくり聴ける時は、いい白ワインを飲みながら。



カツカレー

材料:2人分

カレー／玉ネギ1個 セロリ100g
ニンニク1かけ ニンジン100g
ショウガ10g 太白胡麻油、バター
各大さじ1 カレー粉、薄力粉
各大さじ2 A[ダシ400ml トマト
ジュース200ml] B[醤油、み
りん各大さじ2½ 味噌大さじ1
砂糖小さじ2] ガラムマサラ、純
正ごまラー油各大さじ½ 塩、コ
ショウ各適量
カツ／豚ロース肉(トンカツ用)2
枚 塩、コショウ各適量 薄力粉
適量 C[卵1個 牛乳大さじ2
薄力粉40g] 生パン粉適量 揚げ
油適量
キャベツ½個 ごはん、福神漬
各適量

① カレーをつくる。玉ネギ、セロリ、ニンニクはみじん切りに。ニンジン、ショウガはすりおろす。② フライパンに太白胡麻油とバターを入れ、①を入れて塩をふり、香りが立ってしんなりするまで炒める。③ カレー粉と薄力粉を加え、粉っぽさがなくなるまで炒めてから、Aを少しずつ加える。④ かき混ぜながら煮てとろみがついたら、B、ガラムマサラ、純正ごまラー油を加えて2～3分煮る。塩、コショウで味を調える。⑤ キャベツをせん切りする。⑥ カツは豚肉を筋切りして塩、コショウをし、薄力粉、C、生パン粉の順に衣をつける。⑦ 揚げ油を190℃に熱し、⑥を7～8分揚げる。⑧ ごはんを盛り、カレーをかけ、カツをのせる。キャベツのせん切りをのせ、福神漬を添える。⑨ 揚げ油は太白胡麻油か、太白胡麻油に太香胡麻油を2、3割混ぜるのがおすすめ。



甘海老と帆立のタルタル

材料:2人分 甘海老60g 帆立貝柱4個 万能ネギ2本 グリーンオリーブ(塩漬け)2個 赤パプリカ20g ニンニク½かけ
A[太白胡麻油大さじ2 酢小さじ1 塩小さじ½ コショウ少々]
粒マスタード、バゲット、レモン各適量

① 甘海老、帆立貝柱は粗みじん切りにする。② 万能ネギは小口切り、オリーブは種を取ってみじん切り、赤パプリカもみじん切りにする。ニンニクはすりおろす。③ ①、②、Aを混ぜ合わせる。④ 盛りつけて、粒マスタード、焼いたバゲット、レモンを添える。

焼売

材料: 14個分 長ネギ1本 ショウガ10g 豚ひき肉200g
A[太香胡麻油、オイスターソース、紹興酒各大さじ1 醤油、
砂糖各小さじ2 コショウ少々] 帆立貝柱缶詰1缶(約
70g) 片栗粉大さじ1 焼売の皮14枚 ねり辛子適量

①長ネギはみじん切り、ショウガはすりおろす。②ボウルに豚
ひき肉とAを入れて粘りがでるまで手で練り混ぜ、帆立貝柱
缶詰を汁ごと入れ、①のショウガも加える。③①の長ネギに
片栗粉をまぶしてから、②に加えて軽く混ぜ合わせる。④③
を14等分し、焼売の皮で包む。バットなどに並べる。⑤沸騰
した蒸し器に入れ、中火で約10分蒸す。⑥盛りつけて、ねり
辛子を添える。



餃子より、焼売派。
一口、二口のパクパク感

賛否両論 恵比寿本店
東京都渋谷区恵比寿2-14-4
☎03-3440-5572

賛否両論 名古屋
名古屋市中種区高見2-1-12
ナゴヤセントラルガーデン
☎052-753-7677

賛否両論 金沢
金沢市野町2-25-19
☎076-243-6630

<https://www.sanpi-ryoron.com/>

東京・恵比寿、名古屋、金沢に3店を構える賛
否両論。笠原さんがパーソナリティを務めるラジ
オ番組「笠原将弘の賛否両論!」(東海ラジオ)
もぜひご視聴を! フリートークとともにお気に入りの音
楽をかけ、『今日の一品』コーナーではレシ
ビもご紹介。番組の公式facebookページは@
tokairadiosanpi。



やみつきの一言 ⑬

AMラジオ、サウナ、
80、90年代のバンドが好き
もちろん、ごま油も好き

仕事が終わったら、毎晩1時間のサウナ。
30年来のサウナ通いで、風邪知らず。汗を
流してすっきりし、疲れもとれて、頭も研ぎ
澄まされる、俺にとって一石五鳥くらい
の大切な時間。ギンギンに汗を流したサウナ
あがりには、生ビールと中華のつまみで。

ピータン豆腐

材料: 2人分 A[長ネギ¼本 ショウガ
10g コクと香りのねりごま 白、酢各大さ
じ2 醤油大さじ1½ 砂糖大さじ½ 一
味唐辛子少々] 絹ごし豆腐1丁 ピータ
ン1個 プチトマト4個 パクチー適量

①長ネギ、ショウガはみじん切りにし、A
の他の材料と混ぜる。②豆腐は10等分
に切る。ピータンは4等分に切る。プチ
トマトは半分に切る。③豆腐を盛りつけ、ピ
ータン、プチトマトをのせ、①をかける。パ
クチーをちらす。



CAMPAIGN

マルホン胡麻油×食べチョク 「日本のおいしいを応援しよう！」 キャンペーン

全国3000軒以上の生産者から直接お取り寄せが可能なオンライン直売所「食べチョク」と、マルホン胡麻油のコラボレーションキャンペーンをただいま実施中です。コロナ禍で飲食店やホテルからの注文が減少し、多くの生産者が新たな販路を探している状況下、食材を入手して、おいしく食べることで生産者を応援しましょう！

キャンペーン
サイトは
こちら



応募要項

■ 対象商品

マルホン胡麻油の700g以下の製品
(純正ごまラー油90gは除外)

■ 賞品

毎月変わる、食べチョクの4種類から選べるご当地食材

■ 応募期間

2021年6月1日(火)
～8月31日(火) 23:59まで

■ 応募方法

対象商品の購入レシートを撮影し、マルホン胡麻油ウェブサイト内にあるキャンペーンサイトの応募フォームで必要事項を入力の上、購入レシートの画像をアップロードしてください。

NEW TV CM

向井理さんの新テレビCM「料理篇」 レシピをウェブサイトで公開中

俳優の向井理さんが出演する「マルホン胡麻油」テレビCMの新シリーズが、5月に全国で放映されました。今回は「料理篇」。向井さんがおすすめメニューとして、圧搾純正胡麻油を使った「トマタ炒め」「ガーリック

シュリンプ」「絶品おにぎり」をご紹介します！マルホン胡麻油のウェブサイトでは、これら3品のレシピを公開中ですので、ぜひご家庭でつくってみてください。



特設サイトは
こちら



MONDE SELECTION 2021

モンドセレクション2021金賞受賞！



2021年のモンドセレクションで、マルホン胡麻油の4品目が金賞、銀賞を受賞しました。金賞は太香胡麻油150g、圧搾純正胡麻油200g、圧搾純正胡麻油 濃口200g、銀賞は太白胡麻油150gとなり、各商品ともに過去の受賞から引き続きの栄誉となります。マルホン胡麻油は昔ながらの圧搾製法を大切に、これからもお客様に愛されるごま油を製造いたします。



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 <https://www.gomaabura.jp/> をご覧ください。
- オンラインショップ(楽天市場「老舗のマルホン胡麻油」)もあります。
<https://www.rakuten.ne.jp/gold/abura-maruhon/>
- 通信販売での購入・お問合せ
☎ 0120-77-1150 (平日9:00～17:00)





音のご馳走

Wakiyaの脇屋友詞シェフがつくる油淋鶏。
衣をつけた鶏肉を揚げ油に入れると、序盤おだやか。
しばらくすると、細かく泡立つ油の音と、
鶏肉の水分がはじける音の二重奏に。
ジュクジュクジュク、プチプチッ。
2分後にいったん取りだし、その後さらに二度揚げすると、
肉汁が一気に油の中で炸裂。
ジャーッ!!!
およそ5分間の揚げる工程にあふれる音は、
聴覚から食欲をかきたてる
キッチンのBGMだ。
さあ、おいしさを想像しながら、音のご馳走に耳を傾けよう。



special thanks : Yuji Wakiya