ゴま油の四季



夏の号 48

 $2023\ Summer$ The Seasons of Sesame Oil by Takemoto oil & fat co.,LTD.



148

まるっと、本物。マルホン



◎太白・太香は竹本油脂の登録商標です。

通信販売はホームページまたはフリーダイヤルから https://www.gomaabura.jp/

0120-77-1150

マルホン胡麻油

マルホン胡麻油 ホームページ

澄んだ

浅



ショップも オンライン

ごま油の四季 WEB 版 恕

•

す



____あります バックナンバ・

広報公式 Instagram

お届けします

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] 大阪市中央区南本町4-5-20 住宅金融支援機構・矢野ビル9F ☎ 06-6243-3305



濃い

口ち



白楽天 (中国料理) p7 グラッチャーノ (イタリアン) p8 錦海楼 (中国料理) p8 ビブレ・アーティザン・ブレッド (ベーカリー) p11 のっぴんら一麺 (ラーメン) p14 武蔵 (天ぷら) p18

EHIME

瀬戸内の陽光あふれる サイクリング& 柑橘パラダイス カンショク (豆腐) p4 名物かまど (銘菓) p9 ツジセイ製菓 (スイーツ) p9 サン・ファソン (パティスリー) p10 ラ・ファミーユ (パティスリー、ベーカリー) p10 ANTI NOODLE (ラーメン) p14 山田家 (うどん) p14

藤井麺業(小豆島素麺) p16

KAGAWA

^うどん県は、 うどんだけじゃない

特集 ◎ まるっと、ごま巡り

四国にキュン。

士 青柳(銘菓) p2 モンプレジール (パティスリー) p3 弥栄園 (中国料理) p5 自由軒 (ラーメン) p13 天賀 (天ぶら) p17

KOCHI 土佐はいつでも 青い海と 清流とともに TOKUSHIMA えらいやっちゃ、 えらいやっちゃ、阿波の国へ

> ヤマク食品(味噌) p5 E-yo 徳島(徳島の食) p6 魚谷キムチ(キムチ) p6 エムズセーヌ(ベーカリー) p11 徳島製粉(ラーメン) p12 白滝製麺(半田素麺) p15

四万十町 (清流の町) p19

出会いや笑顔に感謝 やさしく、ちょっと甘口か。味わいはどことなく ごまを巡る四国の 醸しだす雰囲気もそれぞ 名の でいきます。今夏、注目 ごまがお おいしい四国特集をお届 な風味が記憶に残ります らあり…とバラエティ豊 り、スイーツ、中華、天ぷ うどんあり、ラーメンあ すばらしい食材に恵まれ れ個性的です。 人も食も、そして土地が しているのは四国。その うとそこを目がけて飛ん 部は日本全国どこであろ ば、「ごま油の四季」編集 通 高知の四県があり り、 香川、 旅 徳 は



おいしさ解剖

一度食べたら、 忘れない

四国、 攻めの美味

初夏の候に新登場です 銘菓「土左日記」 黒ごまあん

青柳 [KOCHI]

ぶりです。 に、味わい深い黒ごまあんがたった。 は、芳しい太香胡麻油、白すり胡麻を で味わいにするため、職人が試作をくり な味わいにするため、職人が試作をくり な味わいにするため、職人が試作をくり を代表取締役社長の和田泰三さん。ごま 健康なイメージを土左日記に重ねました」 「だれもが好きなごまの親しみやすさと、

香ばしい口当たりの ホロホロそぼろ このそぼろは砕いた最 中の皮。よくみると大、

ツヤツヤ、しっとり

黒ごまあん

太香胡麻油が生む長い

余韻と、ツヤのある上品

な黒ごまあん。

青柳 はりまや橋本店

高知県高知市はりまや町1-4-1 1F ☎088-861-6066 ☎10:00~18:00 ☎無 https://www.tosa-aoyagi.com/ 土左日記は直営店や空港、駅、道の駅などで販売。直営店で販売する焼きドーナツやシフォンケーキには太白胡麻油を使用。ウェブサイトにオンラインショップあり

小、粉末状の3つの大

きさがあり、これが食感

の妙を生む。

柔らかい ひとロサイズの 求肥もち

パクリと口に入る大きさ がお茶うけにぴったり。

> 意匠が豊かな包装紙が 目を引く、土左日記 黒 ごまあん6個入り648 円、10個入り1080円。 「土左日記」は平安時代 に土佐国の国司だった 紀貫之により著された

日記文学。



あの「ミレービスケット」がおいしいロールケーキに変身

モンプレジール [KOCHI]

たいない精神のお手本のようなスイー ィスリー 球としてミレーサンドやミレー 食べると忘れがたいこのおいしさの変化 プがでるのを捨てずに生かした、 な生クリームとともにスフレタイプの 夏は半解凍でひんやり食べるのも ミレービスケットの塩味が独特の ングして湿らないようにし、 甘じょっぱい味がたまらなく サンドの製造工程で割れなどのチ 「モンプレジール」です。 ロールの発売は6年前。 チップはチョコレートでコー 高知市内で人気の 甘さのなかにひそ も ールを



これが ミレービスケット

高知のソウルフード

高知市内の「野村煎豆加工店」が 製造販売している、昭和30年代から 愛されてきたビスケット。豆を揚げた油を ブレンドして使うため、素朴な味わいながら うまみがあり、甘いけれどしょっぱい、あと を引く香ばしさが特徴。



原才大



ミレーサンドも人気

野村煎豆加工店とモンプレジール の合作で生まれた、ミレービスケットの次なるおいしさを生みだしたロングセラー。サンドするチョコクリームはホワイト、抹茶、ゆずなど多彩。



モンプレジール

高知県高知市若松町1701 ☎088-855-6248 ❸10:00~19:00 ❻木 https://monplaisir. co.jp/ ウェブサイトにオンラインショップあり(ミレーロール・プレーン、チョコ各3083円)



ミレーちゃんのボックス入り でおもたせにもなる逸品。



ミレーロールは店舗でも冷凍で販売。イートインも可。ロール生地が冷凍・解凍してもふんわりしているのは、太白胡麻油を配合しているから。



ミレーサンドやミレーロール を生みだした、モンプレジー ルのオーナー森田公美子さん。

大豆を絞った豆乳から、これだけ数多くの豆腐や大豆製品ができあが る。スーパーなどに卸す商品と店舗限定品を合わせて30品目以上を毎



水に恵まれた観音寺で、 おいしい豆腐をもっと身近に

カンショク [KAGAWA]

豆腐のコクが断然ちがうのだそ

腐を

製造しています。

同店の豆

一腐が

ンショク」も毎日1万5000丁の豆

る創業昭和23 |腐の消費量も多

(1948)

い地域。

観音寺に 年 ₀

川県西部は昔から豆腐店が多く

おいしい理由は、

製造過程でごま油

:使われていること。

ごく微量なが

うです。

店カンショク」も人気です。 店した工場隣の直売店「とうふ をより身近に感じてもらうため です」と3代目の秋山昌己さん。 本の医食同源の知恵が詰 一豆腐は大豆を余すことなく使う、 ま った に開 豆腐 食品

家族とスタッフで40名。機械化も取 り入れながら、最後の勘どころは人 が決めている。お母さんからサシイレ でいただいた揚げたてのがんもどき は、まだほんのり温かくて、ふんわり。





とうふのお店 カンショク 香川県観音寺市柞田町甲1153-1 **☎**0875-25-4458 **❸**10:00~ 13:00、16:00~18:00 份水、日 Instagram@tofu_kanshoku





店舗限定販売の人気商品、豆乳ソフトクリーム (350円)。夏季限定で黒ねり胡麻をトッピング できる(+50円)。さっぱりした豆乳の味わいと 黒ねり胡麻の香りがマッチする、プラントベース の美味。



で清らか、柞田川の伏流水 に育まれた豆腐。豆腐づくりは 毎日が基本、だからこそ上質な 水は欠かせない。

知ってる!? 香川ならではの豆腐ネタ

香川でおなじみの「ソフト豆腐」は、絹ごし、もめん豆 腐に次ぐ第3の豆腐とも呼ばれるほどで、硬さもちょう ど中間くらい。弾力があり、柔らかくてもくずれにくいの

で、料理に使うのにも 最適。ちなみにこの豆 腐は10㎝角の正方形 で、豆腐業界では「香 川型」と呼ばれる形状。





白和えくりーむは、豆腐 とソフトタイプの白ね り胡麻を石臼で練り合 わせてつくる人気商品。



新感覚シーズニングで 味噌を食べる瞬間を増やしたい! ヤマク食品[TOKUSHIMA]

料理に使うこともでき、 しみ方が広がります。 ク食感を楽しむことも、 増えるはず!というコン 味噌を食べるシチュエ 豆味噌をブレ 島の赤色系廿口味噌、 と黒ゴマのシーズニング」は、 弾として登場した 展開する、老舗味噌メー マク食品の809(ハチマ こんな味噌 MISOシリーズ。 フリーズドライの ンドした味わい が あ つ 「赤味噌と鰹節 御膳味 ーションが その第2 溶かして セプトで カ ザクザ が噌の も

809MISO 赤味噌と鰹節と黒ゴマのシーズニング (648円) は、ザクザク食感のフリーズドライ赤味噌、粉末の鰹節、黒ごまをブレンド。味噌と鰹節が醸しだすあたかも味噌汁のようなテイストで、黒ごまがアクセント。





「元気におはよう」の会社 スローガンを前に、「朝は ごはんとお味噌汁という ライフスタイルからシフト チェンジし、現代に合わせ た味噌シーズニングで若 い人にもっと味噌を食べ てほしい」と常務取締役の 久次米伸昭さん。

ヤマク食品㈱

徳島県板野郡藍住町奥野字乾 170-1 ☎ 088-692-2421 (9:00~17:00 土、日、祝休) https://www.yamaku.co.jp/ ウェブサイトにオンラインショップあり

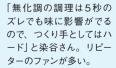




上/和牛挽き肉入り四川麻婆豆腐(1400円)は、炒めの最後に香りが強い純正胡麻油と自家製ラー油を入れる。力強くもきれいな味。下/干し貝柱の炒飯(1400円)。無添加、無化調ゆえ、香りの強いごま油を使うと料理が負けてしまう。そこで染合さんが使うのが、太白胡麻油10対太香胡麻油9の割合で合わせた、ふわーっと香りがするブレンドごま油。

蒸し鶏の生姜ソース (950円) は、うまみがしっかりした四万十鶏の上に、想像を上回るほど大量の生姜ソースがのって登場。「竹本油脂の太白胡麻油は乳化しやすく、とろりとなめらかで、ショウガの味わいもまろやかに。ショウガ本来の美しい黄色に仕上がるのも太白胡麻油ならでは」。







無添加、無化調で体が元気になる中国料理

弥栄園 [KOCHI]

知市内に開店したのは2018年学調味料)をうたう「弥栄園」が高

「人間は食べるものでつ

中国

一料理で無添加、

不園」が (記)

くられるという意識を強くもち、い身健康で元気になれる中華料理にチャレンジしたかった」と、オーナーシェフの染谷和希さんはいいの宝庫。四季の恵みをそのままに生かし、香辛料やごま油で少しだ生かし、香辛料やごま油で少した味を引きだす調理を心がけてい味を引きだす調理を心がけてい味を引きだす調理を心がけてい味を引きだす。



弥栄園

高知県高知市はりまや町2-3-16 岩井ビル1F ☎088-861-3615 ❸11:30~14:00 (13:30L.O.)、17:30~21:30 (20:45L.O.) ❸月、金ランチ、ほか不定休あり https://mirongyuan.com/

具だくさんの食べるラー油。雑味がなく、おいしい香りにあふれている。田井さんのおすすめの食べ方は、鍋物のタレの味変。卵かけごはん、ギョウザやシュウマイ、豚まんなどにも合う。

E-yo 徳島

徳島県阿南市長生町平田20-1 ☎ 0884-24-8083 https://www.e-yo-tokushima.net/ ウェブサイトにオンラインショップあり。旨油は徳島県内では佐那河内の府能商店で販売

\キムチ&ごま油/



右/味わいはさまざま、どれも美味。すべて濃口のごま油で味を調える。「マルホン胡麻油なら、私が韓国で食べて育った味と同じになります」と 文さん。左/きざんだ白菜キムチと濃口のごま油を和えた万能キムチは、納豆と最高の相性。

一度食べたら、また食べたい この味をお取り寄せ

∖うまみ&太白/



旨油、旨油 辛(各691円)。ベースは徳島県産のネギを太白 胡麻油でじっくりと加熱したネギ油。阿南市の唐辛子、徳島の阿波匠豚のベーコンを使い、干し海老、干しシイタケのうまみもたっぷり。旨油 辛は辛さが2倍。常温品。

徳島県産の食材を 世界に発信! _{旨油}

E-yo徳島 [TOKUSHIMA]

リピーターが多い冷凍ミー

 を送も人気です。 各地を回った経験を生かし、そこ で発信するECサイト「E-yo徳 の発信するECサイト「E-yo徳 は、食だけでなく、お遍路グッズ なども人気です。

まるでキムチのデパート! 各種キムチ、韓国そうざい

魚谷キムチ [TOKUSHIMA]

たなくても、料理の味を支えるの味ではありませんが、たとえ目立要な材料。すべての料理がごま油

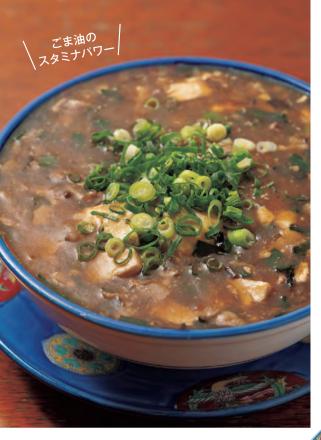
が食欲をそそります。り。ただよってくるごま油の香りり。ただよってくるごま油の香うないはすべて店舗奥の工場で手づくいはすべて店舗奥の工場で手づくにすごく大事です」と文美蘭さん。

塩、コショウのように味つけに必を求めてキムチをつくるようになり表する名店と呼ばれるようになり表する名店と呼ばれるようになりました。「ごま油は韓国料理では韓国から日本に嫁ぎ、故郷の味

魚谷キムチ

徳島県徳島市佐古五番町12-4 ☎ 088-622-4177 ❷ 9:00~18:00 ❸ 日 http://www.uotani-k.jp/ ウェブサ イトにオンラインショップあり





白楽天井(900円)は平日 限定メニュー。「創業当時 に麻婆豆腐の材料が足り ずにつくったのがはじまり だそうです」とオーナーシェ フの関英輔さん。ニラ、ニ ンニク、豆腐、豚肉、シイ タケのあんの下には、卵2 個分の薄焼き卵で覆われ たごはん。すごいボリュー ムなのに、食べはじめると 止まらないやみつきの味!

元祖・焼豚玉子飯と 人気を二分 白楽天

白楽天井 食べた!?

のスタミナ井で、食べはじめてしいこの一品、今治では「風邪をひいたら白楽天井」といわれるほどー品が、白楽天井でも天津井でもな ばらくするとジワリと発汗しはじ 一品が、白楽天井です。麻婆丼でてやまない人気ツートップのもう 地元民がソウルフードとして愛し 味の決め手の

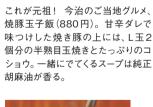


味変の名脇役の自家製ラ 一油。純正胡麻油と一味 唐辛子を混ぜ合わせて一 晩おいたもので、香りがフ レッシュ!油だけでなく、 たっぷり唐辛子ごと。

白楽天 今治本店

愛媛県今治市常盤町4-1-19 ☎0898-23-7292 **11:00~15:00(14:30L.0.)**, 17:00~22:00(21: 30L.0.) 份火 https://www.hakurakuten.net/

これが元祖! 今治のご当地グルメ、 焼豚玉子飯(880円)。甘辛ダレで 味つけした焼き豚の上には、L玉2 個分の半熟目玉焼きとたっぷりのコ





タオルやしまなみ街道で有名な愛媛県今治市。 瀬戸内海に面したこの地には、多くのサイクリ ストや観光客が訪れます。出迎えるのはご当 地モノの焼豚玉子飯などパワフルなグルメ。ス タミナ補給にぜひお立ち寄りを!



人気イタリアンの

夏の一品は ノトマトがおいしい 冷製スパゲッティ グラッチャーノ



「冷製スパゲッティは太 白胡麻油のうまみがあ ってこそ、おいしくなる と井原浩二シェフ。

同店で夏になると登場するのが、 冷たいスパゲッティです。特製オイルソースは、トマトと太白胡麻油、オリジナルブレンドのスパイスを合わせ、さわやかながらトマトの味わいが濃厚。1・4㎜の細いパスタで喉ごしツルッと食べられます。毎年この味わいを求めて夏を楽しみにするリピーターも多い一皿です。 今年で10年目を迎えた人気の 「グラッチ



グラッチャーノ

愛媛県今治市馬越町3-3-36 ☎ 0898-35-3931 **②** 11:00 ~ 14:30 (14:00 L.O.), 17:00 ~ 21:00 (20:30L.0.) **@**火 https://www.hakuraku ten.net/gracciano/





上/6月から9月くらいまでの期 間限定、完熟トマトとモッツァ レラチーズの冷製スパゲッティ (1200円)。トマトやバジリコは 愛媛県産。左/白ごまのパンナ コッタも今春からおすすめデザ ートに登場。ほんのりバニラフ レーバーとソフトタイプの白ね り胡麻の相性が抜群。

> 今治城近くの 最強の町中華





レバニラ炒め(850円)。 レバーに下味をしっかり つけ、炒め終わりに純正 胡麻油で香りをだす。ビ ールも進み、食べるほど に元気がでてくる!



安くてうまくて、 何度食べても食べ飽きない

錦海楼 ŧ 一品で夏バテ知らず が お

本格的だから。 今治で地元御用達の を注文が入ってから切り分け 冷凍を使わず鮮度抜群 イチ推しの「エグい |きず、お手頃価格なのに も多いのは、 こちら。 大きく、 る!」というレ 店長の メニュ 首の バ 中根勝 バー ニラ炒 くらい の が 料理 レ 豊 の

担々メン (750円) のスープは、白ねり 胡麻の風味が濃厚 ながら、さらっとし た飲み干せる系。 花椒の香りにあふ れ、しっかり辛く、 あと味はすっきりさ っぱり。



錦海楼 愛媛県今治市美須賀 町2-2-4 ☎0898-31-1452 @ 11:00 ~22:00 49月

今治市の「日本一おいしい給食事業」

今治市の「日本一おいしい給食事業」は、市内で活躍するシェフとともに地場産 品を活用した学校給食メニューを開発する、全国的にも注目のプロジェクト。中 華給食は「白楽天」(→P7)の関シェフが担当し、中華スープ、鶏肉の甘酢煮、春 雨の中華サラダ、ほっぺがおちるふわとろ杏仁豆腐の献立が2022年11月にお 目見え。春雨の中華サラダには太白胡麻油が採用されました。

今治市学校給食課 https://www.city.imabari.ehime.jp/kyushoku/







名物かまど 総本店

香川県坂出市江尻町1247 20877-46-6600 ②9:00~19:00 ⑤無 https://kamado.co. ip/ 喫茶コーナーあり。ほか県内15店の直営店 や空港、駅、道の駅などでも販売。ウェブサイトに オンラインショップあり

名物かまど [KAGAWA] あの「名物かまど」は洋菓子も人気です

讃岐銘菓・名物かまどで有名な「名物かまど」は、地元で長 年にわたり愛される名店。和菓子をはじめ洋菓子もバリエーシ ョン豊富で、おもたせやお茶うけ菓子として人気です。香川の



スイーツ天国の香川から、人気の甘いモノ情報をお届け。 ほんのり甘めの生地が特徴の四国のベーカリーもご紹介します!

ツジセイ製菓 [KAGAWA] どっちのキューブクッキーを選ぶ!?

小麦粉は「さぬきのめぐみ」、卵は香川 産の「おいしーの食べて育った鶏のお いし一卵」、和三盆糖や希少糖含有シ ロップなどを使用。マーガリンは不使用 で、バターと太白胡麻油を配合し、素 材の色合いが美しく、香りや風味も生

きている。MANDEサヌキ マドレーヌ、

フィナンシェ(各1個172円)。

香川で土産菓子といえば、ツジセイ製菓。最近は配り 菓子から、自分用のおやつやちょこっと食べ需要にシフト し、スイーツバリエーションが広がっています。そのひとつ、 キューブクッキーのシリーズはアイデア満点。「黒ごま」は これ以上ないガツンと黒ごまの味わい全開です!



讃岐三白(ツジセイ製菓)

香川県高松市番町1-10-51 ☎087-880-7200 @11:00~ 19:00 日、土、日 https://tsujisei.co.jp/ 2階にカフェあ り。キューブクッキーは楽天市場・パティスリーSANPAKUでも販売

∖超絶ごま推し!/



どちらを選ぶ!?

パッケージにより 表情を変える キューブクッキー





\ステキの/

観光地やスーパー用のパッケージ「太 白胡麻油使用 ねり胡麻黒焼いたら美 味しかった説」(8個入り324円)。太 白胡麻油、黒ねり胡麻を使用した、ほ ろほろの軽い口溶け。

プトの [sweetone] シリーズ (10 個入り 500円) に。 黒ごまのネーミングは「直向かふ黒ごま」、挑みたい気 分の日にセレクト。ほかにも

直営店の「讃岐三白」では店の雰囲気に合ったパッケ

-ジに変身し、その日の気分で好きな色を選ぶコンセ

いちご、メープル、チョコ レート、チーズがある。

香川県民はけっこう知っている、ツジセ イ製菓のお菓子のキャラクター「パイ すけ」。絶妙なゆるヌケ感にファン多し。





さぬきシフォン (1296円)。香川県産のうどん用小麦 「さぬきの夢」を使い、キメが細かく詰まった弾力がある生地で、甘みも上品。専用ボックス入りで、ちょっとした手土産にも好適。生クリームとカスタードクリームを合わせた専用のディップクリーム (432円) も販売。

ラズベリーミニヨン (594円)。 チョコレートのビスキュイ・ジョコンドを土台に、ミルクチョコレートとフランボワーズのクリーム、ホワイトチョコレート、バニラ、トンカ豆のクリーム、センターはフランボワーズのソースという構成。表面のイチゴのチョコレートは太白胡麻油を配合して硬さを調整しているため、薄くきれいにかかり、口溶けがいい。



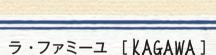
サン・ファソン [KAGAWA]

素材を選び、ていねいにつくる 高松の名パティスリー

フランス菓子のおいしさを伝える「サン・ファソン」。オーナーシェフの植田真治さんは「健康や油の酸化に対して気をつかうようになり、最近はトランスファットや香料は極力使わないようにしています」といい、太白胡麻油を使うお菓子づくりを見直しているそうです。自慢の2品がこちらです。



サン・ファソン 香川県高松市松縄町1003-7 レインボータウン1F ☎087-867-7790 ❷10:00~19:00 ❷無 http://sansfacon. jp/ ウェブサイトにオンラインショップあり



地元のパティスリー、 ブランジェリーの愛されブランド

香川、愛媛県下などでスイーツを中心に6ブランドを展開するちきりやグループ。なかでも「ラ・ファミーユ」のパティスリーとブランジェリーはいつもにぎわい、通販商品は全国規模で人気です。





ラ・ファミーユ 高松本店 香川県高松市木太町2192 ☎ 087-837-5535 ❸10:00~ 19:00 �無 https://www. la-famille.co.jp/ ウェブサイトにオンラインショップあり

ブランジェリー ラ・ファミーユ 香川県高松市木太町 2193-7 ☎087-802-2230 ☎8:00~ 17:30 ☎無 イートインあり



パティスリーで10年以上人気の定番商品、それいゆ卵のスフレロール (1080円) は、香川県の綾上高原農場のそれいゆ卵を使い、バターと太白胡麻油を同割で配合。黄色が鮮やかでもっちり、ふんわりした生地で、生クリームと丹波黒豆を巻く。パティスリーに隣接するブランジェリーでは、焼きドーナツ (各210円) や栗のマフィン (210円) のように素材のフレーバーを引きだしたいときに太白胡麻油を用いる。

ビブレ·アーティザン·ブレッド [EHIME]

国産の小麦粉や米粉でつくる もっちもち食感のパン

人口当たりのベーカリーの店数が全国一の松山市で、人気 ナンバーワン。オーナーシェフの得居則広さんはブームになる 前から国産小麦を使い、全粒粉は自家製粉するほど。昨年、 旧店舗の裏手に移転し、お店も大きくなりました。



ふっくら、もっちりのお米パン (90円) は1日に600 個売れる大ヒットロングセラー商品。 細・粗挽きの2種類の国産米粉をブレンドし、太白胡麻油でやさしい甘みを生かす。



オートミールを炊いてデンプンを アルファ化させ、一晩ねかせてノ リ状になったものを練りこむ。健 康にいいオートミールが食べやす くなり、パンの食感もよくなる。



プロ向け レシピはこちら





胡麻とオートミールと丹波 黒豆と栗 (410円) はほん のり甘く、もっちりした「松 山の人が大好きなタイプ」 のハードパン。太白胡麻油 とソフトタイプの黒ねり胡 麻を配合。



ビブレ・アーティザン・ブレッド 愛媛県松山市南江戸2-6-18 全089-923-2070 曾7:00~18:00(日曜~ 17:00) ほ月、火 Instagram@ beble_artisan_bread

エムズセーヌ [TOKUSHIMA]

徳島の人気ベーカリーで ごまの新作パン登場!

一日にミニクロワッサンが2000個売れる「エムズセーヌ」。 パンが好きでたまらないというオーナーシェフの水口信雄さんが毎日60品ものパンを焼いています。健康を意識して使うようになった太白胡麻油入りの商品が新発売です!



ごまのダノワーズ (300円) はごまカスタードを詰めたダノワーズに、 黒ごまとオレンジピールのクッキーを重ね合わせた贅沢な新作。サク&カリの2つの食感が斬新。





豆乳と太白胡麻油のソフトハース (520円)。太白胡麻油と豆乳を配合したしっとり、ふわりとした生地で、カスタードクリームに白ねり胡麻を混ぜたごまカスタードを巻きこむほんのり甘いパン。



\ プロ向け \ レシピはこちら /



エムズセーヌ 徳島県徳島市川内町榎瀬 495 1F 全088-665-6033 曾10:00~19:00 毎月、火



四国麺でツブ

なにかとうどんが有名な四国ですが、ラーメンも個性派ぞろい。 徳島・半田や香川・小豆島でつくられる素麺も四国美味のひとつです。

超ロングセラー! 金ちゃんシリーズ

徳島製粉 [TOKUSHIMA]

一度みたら忘れられない、ポップでレトロなデザインの金ちゃんラーメン・ヌードル。徳島の家庭にはかならずあるといわれるソウルフードですが、全国にもファン多し。金ちゃんシリーズが誕生したのは昭和40年代。製造元の徳島製粉が小麦粉の消費量を増やすために、インスタント麺を手掛けたのがはじまりですが、今では発売から50年を超えるロングセラーになりました。そのおいしさのカギは「100点じゃなくて、おいしい度合6~8割の味を採用する」こと。ちょっと物足りないくらいのさっぱり味が、また食べたいと思う気持ちを駆り立てリピーターを生むのです!



編集部 イチ推し

金ちゃんラーメン カップ担々麺

スープはさらりとした飲み口ながら、香りのアタックが強いごま油と花椒がしっかりきいた本格派。2019年に発売して人気となり、定番商品化。夏場はとくに女性人気高し!



夏にさっぱり!

金ちゃんヌードル **しお**

スープはポークとチキンベースに、香味野菜を合わせたマイルドな塩味で、ごま油の香りがアクセント。かやくもエビ、味つけ鶏そぼろ、キャベツ、卵、ネギと具だくさん。



野菜を入れるなどアレンジがしやすい 袋麺も根強い人気。金ちゃんラーメン は昭和42年に発売された一番の古顔。 金ちゃん徳島らーめんはすっきりした豚 骨醤油味で、生卵を落として食べるの がオススメ。



これが王道の何度食べても飽きない、醤油味の金ちゃんヌードル。麺に香ばしい味つけをほどこし、満足度大。かやくの大きなエビ、噛むとうまみがあふれるシイタケで他社製品と差別化。スープを飲み干し、一杯食べきったときのさっぱりしたおいしさは計算し尽くされたもの!

見かけはレトロでも、カップは機能的。二重構造なので手が熱くなく、ぴったり閉まるプラスチックのフタは保温性も◎。パッケージ印刷は環境に配慮したバイオマスインキを使用。



Total Law Basing

発売から50周年を迎えた金ちゃんヌードル。生麺タイプなど含めシリーズは全30品ほどを豊富にラインナップ。

徳島製粉㈱

徳島県徳島市南二軒屋町3-1-8 ☎088-622-9186 https:// www.kinchan.co.jp/

自由軒 本店



辛い!うまい! やみつきの激辛

自由軒 [KOCHI]

高知市内から車で1時間半、わざわざ行っても後悔しない味噌カツラーメンの名店。大将の山地文博さんが愛情込めてつくるラーメンは、週末には500杯売れるほどの人気。夏に汗ダクで食べたいのが、同商品と並んで人気トップのゲキ辛みそラーメンです。辛味噌ベースのスープの仕上げは、一面の純正胡麻ラー油。辛い!けど、やみつきになるおいしさ満点。

鶏スープを特製の辛味噌で味つけし、ミンチ肉、ニンニク、玉ネギ、 白菜を入れて煮立てたとろり乳化系スープに、仕上げは純正胡麻 ラー油。ものすごく辛いが、うまみがあり、まろやか(830円)。

ごまごま濃厚

超級のっぴん (スーパー)

白ねり胡麻と純正胡麻油でつくるスタンダードなごまスープに、さらに白ねり胡麻を増量トッピングし、ごまの風味だけをパワーアップ (880円)。

ありそうでない、 滋養のごまスープ

のっぴんら一麺 [EHIME]

自ねり胡麻ベースの「ごまスープ」がスタンダード。その味わいは担々麺とは別物で、むしろ和食のように繊細で、ごまの風味が甘くさっぱりしています。「お客様の健康がコンセプト。白ごまの栄養をすべて飲み干せるように、塩分は控えめ。だからごまの味が豊かに感じられます」と代表の篠原勲さ

ん。ラーメンでうまさと健康・ 栄養を追究しつづけています。



のっぴんら一麺

愛媛県松山市中央1-5112 ☎089-925-2203 ❸ 11:00~15:00、17:00 ~ 24:00 ቆ 不定 店内メニューのサラダでも人気の、宇和島産ブラッドオレンジ入りの胡麻ドレッシング (594円) は店舗で販売



夏はコレ

冷たい のっぴんらーめん

冷たいごまスープにナス、ひき肉、ネギをのせ、温かい 昆布茶を添えて提供。9月 末頃までの販売(820円)。

薬味もうまい

ざるぶっかけ

もちもちの麺に濃厚なダシがきいたつゆをひたひたにかけるのが、山田家のざるぶ っかけ。ネギ、ショウガ、大根おろし、きざみ海苔、徳島産の柑橘 (季節によりレ モン)、別添えの天かす、そして自家製すりごまと、薬味もこだわり満点(600円)。

店内で販売している、オリジナ ルの薬味のすりごま(300円)。 ごまの粒を残したすり加減が絶 妙で香り高く、食感よし。

「ぶっかけ」発祥の店で ぶっかけうどん

山田家 [KAGAWA]

丼に入れたうどんにつゆをかけて食べ る「ぶっかけ」のスタイルは、高松にある「山 田家」が発祥。本家らしく、同店のメニュ ーは釜ぶっかけ(温)、ざるぶっかけ(冷)、 肉ぶっかけなどのぶっかけバリエーショ ンが豊富です。昔の造り酒屋の敷地に 300席という広大な店内は、セルフスタ イルの店よりもゆっくりと食事を楽しめる、 さながらうどんレストラン。



山田家

香川県高松市牟礼町牟礼3186 **☎**087-845-6522 **❸**10:00 ~20:00 **⑥** 無 https:// yamada-ya.com/ ウェブサ イトにオンラインショップあり

スープと具が ジャンキーに攻めてくる



酸味がナイス

豚飯・ねぎ塩

人気のサイドディッシュ がこれ。豚肉を純正胡 麻油で炒め、醤油、ハチ ミツ、リンゴ酢などで味 を決める、さっぱりフル ーティな味(250円)。



ANTI NOODLE [KAGAWA]

2022年に高松市にオープンしたニュ ーフェイス。大阪の人気店「ラーメン人 生 JETIで修業した向井将盛さんが地元 にもどり、国産小麦の麺、スープ、具など すべて自家製でつくるラーメンが話題に なっています。鶏と水のみを10時間煮 込む濃厚鶏白湯系から、醤油あっさり系 までメニュー数が多く、その日の気分で ラーメンをセレクトできるのも魅力です。



炙り豚混ぜそば

合わせ、ニンニク入りのタレ、 カツオやイリコ、サバ、サンマの魚粉で 麺と具を和える。ツルツルの平打ち麺にタレが よくからむ。3口ほどの〆ごはん付き(900円)。

なつかし系

鶏醤油そば

鶏清湯とじっくりと煮だした 鶏油であっさり味に。圧搾 純正胡麻油を入れることに より、無化調でも昔ながらの ラーメン感が増す(800円)。





ANTI NOODLE

香川県高松市木太町1849 ☎087-880-4618 @11:00~14:30.18:00 ~21:00(月、水は昼のみ営業) Instagram@antinoodle_m

四国麺マップ

四国のかくれた名品、 素麺紀行

奈良の三輪素麺からその技術が伝わり、気候風土が合い、四国では400年以上前に素麺づくりが定着しました。徳島県の半田素麺、香川県の小豆島素麺のふたつの産地では、今も伝統的な製法で素麺がつくられています。



繊細な風味をつくりだしています 塩のみで、実は細く延ばす際に用 いる油の存在が大きいのです。「ご 社ほど。素麺の材料は小麦粉、 にか半田素麺の特徴となりました いつかなかったのではないかとい 太いのは、見様見真似で技術が追 でした。奈良で素麺づくりをみた 油を綿実油と合わせて使用し 一地の乾燥を防ぐために、 締役・森岡太悟さん。手延べの 油が大事」と、白滝製麺の代表 在、半田素麺を製造するのは30 れていますが、それがいつの間 まま素麺が定着。素麺にしては 川が流れ、物流が盛んなエリア 山間の盆地の地形が合い、 が半田で素麺をつくったとこ

白滝製麺 [TOKUSHIMA]



素麺は練った生地を切らず、延ばして細い麺状にする。熟成させながら、数回に分けて延ばしていく。

最終的に細く延ばした後、一晩おいてゆっくり乾燥させ、長さを切り整えて半田素麺のできあがりとなる。 工房でゆらめく素の光景は美しい。









半田素麺は太いのが特徴だが、白滝製麺ではコシを強くするために、何本もの生地をより合わせてのばすのが独自の製法。乾燥を防ぐために油をぬる「油がえし」の工程では、太白胡麻油と綿実油を混ぜて使用。先代までは焙煎ごま油を用いていたが、より小麦粉が醸しだす風味を生かすために太白胡麻油に切りかえた。工房では6名のスタッフが年間を通して素麺を製造。毎日の温度や湿度を感じながら、勘どころで決めていく職人仕事で、「ひとつひとつの工程でかけるべき手間があり、それを積み重ねて製品になったときに別物になる」(森岡さん)。



藤井麺業 [KAGAWA]

ごしも 日間を要します。 成させると、 などでそれぞれ時間をかけ、 を防ぐだけでなく、 欠かせないごま げた生地、 創業35年の 陽光に恵まれた環境で、天日干 れる香川県の 「二日工程熟成仕込み」。 りと熟成。 【味を増幅します。)藤井克弥さん。 素麺づくりが盛んに行なわ 純正胡麻油を使用。 よくなります」と代表取 なります。 ねかせるた 媚 な観光名所としても そして延ば 小麦粉の風味がまろ とくに延 なめらかに)藤井麺業のこだ 小豆島。 7 油は、 表面がきれ め 素麺の手延べ いねいに熟 製造には2 /]\ ばした生地 長年に この地で 生 地 Ŏ ゆっ の 工程 ゎ 乾 喉 Ĭ.

左は極寒製 手延素麺 細口 (10束1069円など)。小豆島 手延素麺 極-KIWAMI-(3 束入1404円など)は極寒期に 製造した後、2度の梅雨を越し た古物 (ひねもの)で最上級品。 ギフトとしても人気が高い。

「一年中素麺を楽しんでほしい」と藤井さん。素麺とごま油を炒める沖縄のそうめんチャンプルーはおすすめの一品。





藤井麺業

香川県小豆郡小豆島町馬木甲930 ☎0879-82-1614 https://fujiimengyou.com/ ウェブサイトにオンライ ンショップあり。高松空港などでも販売



そうめんとは思えないほど太い半田素麺。白滝製麺の製品はもちっとコシが強く、噛みごたえがあり、なめらかでツルリと喉ごしがいい。冷やし素麺は干し海老とイリコのダシを半々程度に合わせた甘めのつゆに、スダチを絞るのがこの辺りの定番の食べ方。



白滝製麺の手延べそうめん (10束1670円など)。半田素麺は製造量がそれほど多くないので、全国で店頭に出回る量が少ない稀少品。コシがあるので、鍋やにゅうめんにしても煮くずれしにくく、パスタのような温かい料理にも向く。



白滝製麺

徳島県美馬郡つるぎ町半田字下喜来193 ☎ 0883-65-02 31 https://shirataki-seimen.com/ ウェブサイトに オンラインショップあり。道の駅貞光ゆうゆう館、道の駅みま の里などでも販売

「二人で高知の天ぷらをつくっていきます_



上2点/ミョウガは縦半分に切って短時間で揚げる。揚げたてからは甘くほろ苦い水分がジューシーににじみでてくる。ナスは時季の一番おいしいものを選び、果肉の甘みを残すため気持ち浅めに揚げる。塩でも天ダシでも合うが、天ダシは鰹節に昆布を強くきかせてうまみの余韻が長く、塩分は控えた独自のつくり方。この天ダシもごま油の香りを引き立てる。右上/サラダ揚げのおいしさのカギは、ポテトサラダに入ったナスやキュウリのぬか漬け。ほのかな酸味とコリコリした食感が絶妙だ。



天賀 [KOCHI]

夫婦が二人三脚で営む「天賀」。店を場所では、江戸前の天ぷらを揚げてた。高知県は天ぷら専門店が天ぷら店だ。高知県は天ぷら専門店がなかなか根づかず、同店の存在は貴重。なかなか根づかず、同店の存在は貴重。なかなか根づかず、同店の存在は貴重。なかなか根づかず、同店の存在は貴重。なかなか根づかず、同店の存在は貴重。なかなか根づかず、同店の存在は貴重。なかなかまらを通して天ぷらを通して天ぷらを通じて天ぷらを通じて天ぷらを通じて天ぷらを通じて天ぷらを通じて、

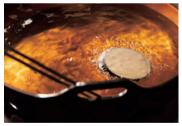
文学程

のり子夫人は東京の「てんぷら近藤」で3年間勤めながら、 職人としても学んだ。映史朗さんは脱サラ後、夫人から教えを 受けて職人となり早や8年、現在は天賀の揚げ場に毎日立つ。



「男も女も飲んべえが多い」という





上/揚げ油は太白胡麻油に太香胡麻油を1割ほど合わせ、ごまの香りがほどよく立ちあがる。左2点/野菜は地元の農家から四季の鮮度抜群のものが届く。すでに旬は終わったが、ノレソレ(穴子の稚魚)は高知ならではの珍味。生のままポン酢でツルンとした喉ごしを楽しむことが多いが、天ぷらにすると磯の香りと稚魚ならではの繊細なうまみがあふれでてくる。



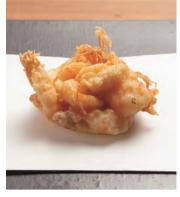
天智

高知県高知市大川筋2-6-18 ☎088-872-1044 ❷11:30~13:30 L.O.、17:30~21:00 L.O. ❷火、水 Instagram@tenyoshi_kochi カウンターのみ11席。昼は天井1870 円~、夜はコース5500 円~のほかお好み天ぷらもあり

の醍醐味を感じさせる逸品だ。

極上に。素材が化ける、そんな天ぷらすと、ごま油の香ばしさと相まってラダを大葉でくるんで油にさっと通が「サラダ揚げ」。自家製のポテトサが「サラダ揚げ」。自家製のポテトサ

左/瀬戸内海で揚がる親指大ほどの小 エビ、より海老のかき揚げ。中/トウモ ロコシは6月から8月にかけて揚げる甘 みたっぷりのゴールドラッシュが、一年 を通して一番の人気。右/地物のトラハ ゼは、関東などではトラギスと呼ばれる。 少し前までは目の前の海でたくさんとれ た魚だが、現在は今治でも漁獲量が落ち ている貴重な魚。開いて揚げると、淡白 な身質だが水分もあり、ほろほろとして うまみが強い。











毎日にぎわっている。

港はすぐそこです。

今治は小魚の魚

らどんどん腕を磨いていくという。

らの世界へと足を踏み入れ、これ 魚の扱いから、火入れが勝負の天ぷ

らを食べられる店として有名になり、

市内に天ぷら専門

引きだしている。

寿司で学んだ生

っかり香らせつつ、

素材の持ち味を

武蔵 [EHIME]

転身し、 店がないこともあり、本格的な天ぷ 華街に独立開業。 ぷらを学び、 カウンター商売に惹かれ、 で12年修業。 27歳でサラリーマンから飲食業に

産のキタアカリを丸ごと30 分かけてじっくりと揚げ、バタ - をのせて供する。外側の衣 と皮はカリカリと噛みごたえ があり、内側はトロトロで、天 ぷら版ジャガバターの趣。ビ ールのあてにもってこい。





「地域の日常に密着した天ぷら店でありたい」

いろ試して現在の割合にしま したが、ごま油は揚げる力の 強さが、他の油とは全然ちが います」(出口さん)。地の魚 に恵まれているのは、天ぷら 店としては何よりのこと。

「まだまだ修業中。油もいろ

2014年に今治の繁 純二さんは 店やホテル 独学で天 ます。 3対綿実油7の割合で、ごま油をし と出口さん。 も手に入る限り、 種も多く、 天ぷらにはい 何でもとれる。 揚げ油は太香胡麻油 地の物を揚げて い土地です 魚も野 ね 濃い

県内の有名寿司

店主の出口

武蔵

愛媛県今治市松本町1-4-23 1F ☎ 0898-55-8634 ②18:00 ~ 22:30 (22:00L.0.) ⑤ 日 https:// s510200.gorp.jp/ おまかせコース5500円~、 単品もあり。カウンター8席、個室1室



四万十川沿いにある三堰 キャンプ場でピクニック。 河原が広く自然豊かで、清 流が冷たく気持ちいい。

夏の清流とそよ風を感じに 四万十川ピクニック



日本最後の清流の呼び声高き、四万十川。 高知県内を全長196kmも蛇行しながら流 れる美しく雄大な川は、沈下橋など名所も 多く、カヌーなどのアウトドア・アクティビティのメッカです。夏に解禁となる鮎やうなぎ など魚の種類も豊富で、海へと流れでる河口では青海苔も有名。自然豊かな四万十川 で楽しむピクニックレシピをどうぞ

> Thank you for the food. 四万十町役場 四万十川上流淡水漁業協同組合 四国デュロックファーム加工直売所 武吉米穀店

無手無冠 井上糀店

ポークスペアリブと野菜のグリル

四万十川流域の麦や米を食べて育つ四万十ポークは 脂身が甘く、シンプルなグリルにおすすめ。

recipe

材料: つくりやすい量 豚スペアリブ … 5、6本 醤油 … 大さじ1 A ハチミツ … 大さじ1 L 太香胡麻油 … 大さじ½

ピーマン、トウモロコシ、玉ネギなど好みの野菜 … 適量

- 密閉袋などにAを入れ、スペアリブを入れてなじませてしばらくおく。
- ② ピーマンは丸ごとそのまま、 トウモロコシは食べやすい長さ に切る。玉ネギは大きめの串 切りにする。
- ③ グリルで①、②をこんがり 焼く。四万十サルサ・ヴェルデ (→下記)を添える。





香り米の海南鶏飯

高知の特産、香り米を楽しむ人気の一皿。

recipe 材料:2人分

「香り米 ··· 1合 ② 鶏肉に酒をま水 ··· 約220ml する。鶏肉の大: 太香胡麻油 ··· 小さじ% 食べやすく切る。

鶏モモ肉 … 1枚 酒 … 適量

パクチー … 適量

- 香り米は通常の炊飯と同様に洗い、浸水する。太香胡麻油を入れて炊飯する。
- ❷ 鶏肉に酒をまぶし、電子レンジ (600w)で約4分加熱する。鶏肉の大きさにより加熱時間は調節を。冷まして、食べやすく切る。
- ③ ①、②を盛りつけ、パクチーを添える。好みで青海苔オイルやデュカオイル (→P22) をかけて食べる。





高知県の特産品、香り米。日本の短粒米なのでみずみずしく炊きあがり、香りはまるでジャスミンライスのように香ばしい。 太香胡麻油を入れて炊くと冷めてもおいしいので、ピクニックやお弁当におすすめ。



四万十サルサ・ヴェルデ

ニラとショウガを生のままたっぷり! 食欲をかき立てる香り満点の緑のソース。

recipe

材料: つくりやすい量 ニラ … ½ 束 ショウガ … ½ かけ 醤油 … 大さじ3 太香胡麻油 … 大さじ1½ 酢 … 大さじ1½ 酒 … 大さじ1 キビ砂糖 … 小さじ2 タカノツメ … ½本 ショウガ (仕上げ用) …½ かけ *魚やヌードルにも合う万能ソー ス。辛ロが好きならば、太香胡麻 油の半量をごま油屋のラー油にか えてもOK。

- 1 ニラは細かくきざむ。ショウガはみじん切りにする。
- ② 仕上げ用のショウガ以外の 材料を混ぜ合わせる。なるべく 冷蔵庫で一晩おく。
- ❸ 食べる直前に、仕上げ用のショウガをみじん切りにして②に加える。









食べる準備は万端。四万十の銘酒、栗焼酎のダバダ 火振をソーダで割って乾杯! ピクニックをした三堰 キャンプ場は、駐車場、炊事場、トイレ、あずま屋が 整備され、無料で利用できる河原のキャンプ場。JR 窪川駅から車で約20分。

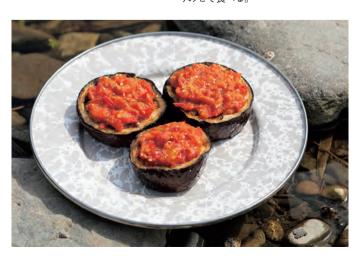
高知県高岡郡四万十町作屋 ☎0880-22-3281(四万十町役場にぎわい創出課)

米ナスのグリル

旬のナスをシンプルにこんがりと。

recipe 材料:つくりやすい量 米ナス … 1個 太香胡麻油か太白胡麻油 … 適量

- 米ナスを厚さ2cmくらいの輪切りにし、切り口にナイフで格子状に大きめの切り目を入れる。
- ② ①に太香胡麻油か太白胡麻油を軽くぬり、グリルで両面をこんがりと焼く。
- ③ 好みでトマト味噌 (→P22) をたっぷりのせて食べる。





三堰キャンプ場



自然豊かな四万十川流域には多くの名所や観光地がある。アウトドアで楽しみ、道の駅を巡り、 温泉も。

四万十町観光協会 https://shimanto-town.net/





鮎飯パエリア

鮎と香り米で四万十川の 恵みをいただきます。

recipe

材料: 2、3人分 鮎 … 2、3尾 塩 … 適量 太白胡麻油 … 大さじ2 玉ネギみじん切り … 大さじ1 鶏ガラスープ … 約600㎡ 塩 … 小さじ½ 香り米 (→P20) … 1.5 合 青海苔オイル (→右記) … 適量 ショウガ … 大1かけ 小夏やレモンなど … 適量

- 動は塩を多めにふって塩焼きにする。
- ② パエリア鍋かフライパン (直径 20cm くらい) に太白胡麻油、玉ネギみじん切りを入れて炒め、香りを立たせる。
- ③ 鶏ガラスープと塩を加え、煮立ったら香り米をまんべんなくふり入れる。
- ④ かき混ぜずに5分ほど煮立て、上に ①をのせ、青海苔オイルをかけ、弱めの 火で炊く。水分がほぼなくなり、鍋の縁 のほうで油がジュクジュクして音がして きたら炊きあがりの目安。
- **5** ショウガを細切りにし、④が炊きあがる直前にちらす。
- ⑤ 火をとめて5分ほど蒸らし、小夏やレモンなどの柑橘類を串切りにして添える。



トマト味噌

爽やかテイストの万能味噌。

recipe

材料: つくりやすい量 トマト … 200g (中1個目安) 味噌 … 100g 圧搾純正胡麻油 … 大さじ1 いり胡麻 白 … 大さじ1

トマトは皮つきのまま粗めにきざむ。電子レンジでトマトの角が柔らかくなるまで加熱する。冷ます。

② ①に味噌を加えて混ぜ、圧搾純正

胡麻油、いり胡麻 白も混ぜる。 *トマトや味噌の味によって、量は加減を。 トマトはフルーツトマトなどなるべく甘みが 強いものがおすすめ。



青海苔オイル

清く澄んだ味わいのオイル。

recipe

材料: つくりやすい量 太白胡麻油 … 100g 青海苔(乾燥品) … 2g

● 太白胡麻油と青海苔を混ぜ合わせ、半日ほどおく。



デュカオイル 香ばしくスパイシー。

recipe 材料: つくりやすい量 デュカ … 適量 太香胡麻油 … 適量

プェカにかぶるくらいの太香胡麻油を注いで混ぜ合わせる。*すぐに食べられる。

ミレービスケットの アイスサンド

高知名物ミレービスケットと 白ごま味のバニラアイスクリームで つくる簡単デザート。

recipe

材料: つくりやすい量 バニラアイスクリーム … 200㎡ コクと香りのねりごま 白 … 大さじ1 ミレービスケット … 18枚

- ② 密閉容器などの底にミレービスケットを6枚敷く。
- ③ ②に①を厚さ1cmくらいのせ、その上にミレービスケットを同様に並べる。これをもう1回くり返す。冷凍庫に入れて冷やし固める。





温石 杉山乃丘

1984年、静岡・焼津生まれ。 両親、祖父母ともに料理店 を営む環境で育ち、東京・目 白 [和幸] (現在閉店)で8年 修業後、家業を継ぐ。2019 年に店舗をカウンター中心に リニューアル。



サスエ前田魚店 前田尚毅

1974年、静岡・焼津生まれ。 水産会社勤務を経て、1988 年に家業の「サスエ前田魚店」に入る。町の魚屋であり ながら、日本全国のみならず 世界の著名な料理人にオー ダーメイドで魚を卸す。 静岡・焼津にある「サスエ前田魚店」を中心に、県内の「成生」「Simples」「温石」「FUJI」「馳走 西健一」といった気鋭の店が、駿河湾にあがる魚を料理するローカルガストロノミーが全国から熱い視線を集めています。漁師、魚屋、料理人が志をひとつにし、

魚をバトンリレー しながら生みだす 料理をシリーズ連 載でお届けします。



こちらのウェブ版の 記事もどうぞ

静岡·駿河前

ガストロノミー

研鑽会



その2 温石



かろうじて定置網の漁船は出航しているという連絡が入り、あとはひたすら港に行った前田さんの帰りを待つしかない。魚が水揚げされるのは、自然を相手に奮闘する漁師のおかげ。毎日求める魚がほしいだけ手に入るとは限らない。そんなことをあらためて痛感する朝。港からトラックがもどってきたのは10時過ぎ。前田さんはその日入手できるベストの魚を競り落とし、冷やしや仕立てをほどこした。待機していた料理人たちが仕入れを終え、それぞれの店へと向かったのは11時40分。ランチの営業開始はもうすぐという厳しい状況だが、魚を得られたことに感謝すべきだと全員がわかっている。これこそが駿河前ガストロノミーだ。

鯵の胡瓜巻き

アジと薬味をキュウリで砧巻きにした、初夏の一品。アジの表面に酢と太白胡麻油を合わせた酢油をさっとまとわせると、アジの繊細な風味はそこなうことなく、噛めば噛むほどアジと太白胡麻油のうまみが相乗効果でふくらみ、料理としてのボリューム感が増幅する。巻く工程で身が突っ張らず、キュウリとも一体感が生まれるよう、鮮度が高く身の水分は保水しながらも、アジの筋力がそれほど強くない状態に仕立てるのが前田さんの腕のみせどころ。

前田

自分の魚の仕立てはカスタ

メイド。この魚だからこうするではな

前田尚毅の魚の仕立て

A アジは海から泳いだ状態で店に届く。船上で活かしておくことは漁師にとっては大きな手間だが、どれほど魚の質がよくなるかを説明して理解してもらい、長年をかけて活けの水揚げが実現した。

B・C 締めカギで活締めした 後、ステンレス製の寸胴容器 に氷や海水とともに入れ、脊髄まで冷やしこむ。温度の調整は氷や水の量、寸胴を回して中の氷水を揺らすことによって調整する。まずはマイナス 2℃くらいまで冷やしこみ、その後はフタをして冷気を容器 内にこもらせ、やさしくゆっくりと冷やす。

D 冷やしの完了後も、店に持ち帰り、料理するまで保冷を 徹底する。









杉山乃互が料理する







前田さんが仕立てた魚はF



A~D この料理に使うアジは余計な手数をかけないため、ほどよく小さめ。「青魚は包丁を入れるほど香りが飛んでしまう」(杉山さん)。仕入れて店にもどってから4時間ほどおき、三枚におろして塩をしてしばらくおく。酢油(白酢と赤酢を合わせて5対太白胡麻油1の割合)を表面にまぶし、桂むきしたキュウリの上に並べ、大葉、ショウガ、白いりごま、梅干しを芯に巻く。血合いの明るさが鮮度の証。

前田 方の飽くなき追究がすごいです。 ズでも日々アップされています。 さんのインスタグラムのスト をしあう通称「夜な夜な会」は、 編集部 サスエ前田魚店で毎日仕 め方を変えるんです。 するのが最善かを計算し、 で、そのためにはどういう魚の状態に くて、この魚はどの店でいつ、どのよ れする料理人の店の営業後に、前田さ んが出没し、魚の仕立てや料理の確認 提供するかをすべて知ったうえ 魚が毎日同じではない 冷やしや締 前田 ij 双 1

重ねています。 重ねています。 先号の「成生」に続き、連載第2回 先号の「成生」に続き、連載第2回 先号の「成生」に続き、連載第2回 先号の「成生」に続き、連載第2回 先号の「成生」に続き、連載第2回 先号の「成生」に続き、連載第2回 たが山さんが仕立てる魚を介して、あ らためて焼津や駿河湾の魚のすばら らためて焼津や駿河湾の魚のすばら しさに気づいたといいます。

杉山乃互が料理する

前田尚毅の魚の仕立て









おろした身をこのように丸め ても、 まったく身割れしない。 きちんと冷やしが決まっているので、筋肉が筋ご とにプクッと盛りあがっている。鮮度感が半端ないのだ。









おろした魚はすぐに水をふき取り、ビニール袋に入れ、 氷を入れた発泡スチロールに詰めてフタをする。温石 はサスエ前田魚店から車で10分ほどの距離だが、保 冷は完璧な状態を保つ。

ボなんです。

西さん (馳走 西健一)といったメンバん (シンプルズ)、藤岡さん (FUJI)

と前田さんがくり広げる魚研究ラ

A サワラは船上で漁師が活締めと脱血を行ない、氷水で冷やした状態で港にあげる。これらの技術はすべて前田さんが船に乗り込んで漁師に指導したもので、信頼関係なくしては成り立たない。B頭、尾の両側を切ることにより、脱血、冷やしともにスピーディにできるため、より鮮度がよくなる。「最近この両側からの脱血の問い合わせが多く、採用している漁師が増えている」(前田さん)。C 仕入れた魚は、そのままサスエ前田魚店のバックヤードで必要に応じておろ

すなどの処理をする。

今日も海がシケて、

みんなの仕入れ

だしするためには、いかなるシチュエあろうと、お客様に最高の料理をお体差もあるし。だからいつどんな魚で

ションにも対応できる引きだしを

々増やしていくしかないですよね。

う魚も手に入らなかったかもしれなは昼の営業ギリギリまでかかって、思

いけれど、彼らはベストに仕上げま

です。

太白胡麻油をアジに生かす

らこの

理には、

元気はあるけ

筋力が少し弱くなってるというか、

んなアジを見立てるといいんです。

編集部 今日はさながら夜な夜な会のように、魚と料理のブラッシュアッのように、魚と料理のブラッシュアッさんが仕立てた魚を杉山さんが料理さんが仕立てた魚を杉山さんが料理さんが仕立てた魚を杉山さんが料理ここにごま油を生かす価値はあるか、ここにでま油を生かす価値はあるか、



何百回と食べてきた料理だが、毎回ちがう。それを突き詰めることが研鑽。

く変化してしまう。

杉山 どうでしょうか?

前回

一つく

ったときにアジの身質が強くなった

キュウリとの食べ終わりが合

ある血合の明るく鮮やかな色が茶色れば落ち着きますが、それではくされば落ち着きますが、それではくさ

て、この時季に駿河湾ではアジがおと小ぶりなアジですが脂がのってきと小ぶりなアジですが脂がのってき

残る余韻も長くなっている。から、うまみの相乗効果で口の中にから、うまみの相乗効果で口の中に

前田

バランスよくなったな。

が同じになるように、

桂むきを1㎜

ないように感じたので、

ほど厚くしました。

ぶって、巻けないんですよね。だか 二がの



業ではなく、

志村さん (成生)、井上さ

朝の仕入れは、ただの魚の仕入れ作

だからサスエ前田魚店での気の。それこそが料理人ですよね。

二人がともに料理を食べながら、それぞれの料理、魚の仕立てを見直す。

したので、料理としてはまだ改善中したので、料理としてはまだ改善中にいします。通常はアジを酢にいている料理ですが、昨年11月に前田さんのアジが活けで泳いだ状態で届くようになり、それで身質も激変届くようになり、それで身質も激変

活きているアジだと身が突っ

田







A おろした身を切り分けて串を打ち、塩をあてる。 B・C 鍋に太白胡麻油200mlに対して太香胡 麻油3㎡ほどを入れて50~60℃に温度を上げ、 サワラの皮目と両側を軽く浸して油をまとわせ これだけでも身にやんわりと火が入る。 D いったん皮目を上にして余計な油を切り、強 めにおこした炭火のすぐ近くで軽く炙る。

焼き物の一品ながら、前工程として油にくぐらせ て膜をつくり、身を保水する。油は太白胡麻油 にごく微量の太香胡麻油を加えたもの。気づか ないほどかすかな焙煎香が、前田さんが仕立て たサワラの強い身質や炭火の薫香と相まって、 料理としての力強さを増す。

強烈な身質のサワラ

み砕いたときにでてくる香りという 味です。身の細胞ひとつひとつを噛 杉山 鮮度感、つまりその魚がもつ風 どのような点がちがいますかっ 性が弱い魚という印象がありますが、 りあって、 水はもちろん、筋肉の張りがしっか ラはこれが一番の特徴だと思います。 ンと直接脳にくる。前田さんのサワ か、風味。繊細だけど、噛むたびにズ 僕のサワラは強烈ですよ。保 サワラはどちらかとえば個 もちっと弾力があるんで

をするとよさが損なわれてしまい きだせればと。 が一番うまいし、それが食べ手にと を常に考えています。いい魚は刺身 をすれば魚のよさが生きてくるのか ねない。だから、調理でどういう補助 に仕上がっているので、 により、魚が隠れもっていた味を引 に温度のちがいで表現を加えること っても一番わかりやすい。でもそこ 杉山 前田さんの魚は一 余計なこと 番 か

量ですが、驚くほど料理の印杉山 そうですね。太白胡麻 るなら、このうまみは強みになりま もう言葉にし尽くせないほど…ちが います。前田さんの活けのサワラは、 :山 そうですね。太白胡 りました。一品料理として提供す 次のサワラも太白胡麻油を使 象が変

温石

表現する手段もおおいにあり。

太白胡

麻油だけじゃなくて、

焙煎のごま油

というか、あえて油をかませて魚を

生の魚ばかりでも食べ疲

静岡県焼津市本町6-14-12 ☎054-626-2587 **(a)** 12:00 ~ \, 18:30 ~ 不定 完全予約制 https://www. all-yys.com/onjaku/

サスエ前田魚店

静岡県焼津市西小川4-15-7 ☎054-626-0003 @10:00~17:30 份日、 https://sasue-maeda.com/



前田 炙ります。 身を保水したうえで、炭火でさっと 胡麻油でサワラの表面に膜をつくり、 いたので、 杉山 というアドバイスを今いただ もチャレンジしてみたら、何か新 油があったほうがいいよ。今までの いものが生まれるかも。 ほら全然変わった! 低温の太白胡麻油と太香 太香胡麻

ますね。魚が力強いと、負けないです。 杉山 あぁサワラがより鮮烈になり 味に、もうひとまわりパンチ、変化が やってどんどん進化していきたいね。 ついたみたいな。 今日もまた発見があった。こう

毎日食べたい、 やみつきごはん

笠原将弘 替否両論

夏のサンバカーニバル気分で、赤・黄・緑の色とりどり の野菜でパワフルに! ごま油やねり胡麻の香味、ラー 油の辛さが食欲を刺激します。夏のみずみずしい野菜を 生かすため、火を通しすぎずシャキッと仕上げましょう。



豚しゃぶチリトマトスープ

材料:2人分 トマト 2個 赤玉ネギ ½個 ズッキーニ ½本 赤パプリカ ¼個 ニンニク 1かけ 万能ネギ 3本 太白胡麻油 大さじ1 塩 適量 「ダシ 600mℓ A 淡口醤油 大さじ1½ └ みりん 大さじ2½ ごま油屋のラー油 小さじ1+適宜 豚バラ肉(しゃぶしゃぶ用) 200g 黒コショウ 少々

飲めば飲むほど 食欲がわく 辛ウマスープ!

- トマトは皮を湯むきし、ザク切りにす
- ② 赤玉ネギ、ズッキーニ、赤パプリカは 1cm角に切る。ニンニクはみじん切りに
- ❸ 万能ネギは小口切りにする。
- 4 フライパンを中火にかけて太白胡麻 油を入れ、②を炒める。しんなりしたら、 ①を加えて塩少々をふって炒め合わせる。
- ⑤ Aを加えて弱火で5分ほど煮る。塩 で味を調え、ごま油屋のラー油小さじ1 を加える。
- ⑥ 豚バラ肉は長ければ食べやすい大き さに切る。お湯を沸かし、さっとしゃぶ しゃぶして火を通し、ザルにあげて水気
- 7器に⑤を盛り、⑥をのせ、③をちらし、 黒コショウをふる。ごま油屋のラー油 を辛さの好みに応じて回しかける。
- ダシはお好みのもので、鰹昆布ダシ でも、チキンコンソメなどでもOK。そう めんにかけるのもオススメ。

カツオと夏野菜のタルタル

材料:3人分 キュウリ ½本 ナス ½本 黄パプリカ ½個 ミョウガ 1本 塩 少々 新ショウガ 10g ケッパー 10g カツオ(刺身用) 200g 卵黄 1個分 太白胡麻油 大さじ1 醤油 小さじ2 レモン汁 小さじ1 おろしニンニク 小さじ½ └ コショウ 少々 バゲット 適宜

- 1 キュウリ、ナス、黄パプリカ、ミ ョウガは5mm角に切る。これらを合 わせて塩をふって10分ほどおき、 でてきた水分をふき取る。
- 2 新ショウガ、ケッパーはみじん切 りにする。
- ③ カツオは1cm角に切り、包丁で 少したたいて粘りをだす。
- 4 ボウルに③、②、Aを入れて混 ぜ合わせ、①を加えてさくっと混ぜ
- **⑤** 盛りつけし、焼いたバゲットのス ライスを添える。



パプリカキンピラ

材料:3、4人分 赤・黄・緑パプリカ 各½個 太香胡麻油 大さじ1 「酒 大さじ3 A醤油 大さじ2 一砂糖 大さじ1 いり胡麻 白 大さじ1 黒コショウ 少々

- パプリカは縦に長さ5cmの細切りにする。
- ② フライパンを中火にかけて太香胡麻油を入れ、①を炒める。
- ❸油がなじんでややしんなりしたら、Aを加えて炒め合わせ、いり胡麻白、黒コショウをふる。
- パプリカに油がなじんだらすぐに味つけし、 炒めすぎず、芯はシャキッとさせるのがコツ。

和風タコライス

材料:2人分 太香胡麻油 大さじ1 豚ひき肉 300g 塩 少々

「ケチャップ 大さじ2 コクと香りのねりごま 白 大さじ1 醤油 大さじ1 みりん 大さじ1 砂糖 大さじ½ ごま油屋のラー油 小さじ1 レタス ½個 キュウリ ½本 大葉 5枚 ミョウガ 1本 オクラ 4本 プチトマト 5個

- ① フライパンに太香胡麻油を入れて中 火にかけ、ひき肉を炒め、塩をふる。肉 の色が変わってほぐれたら、Aを加えて 炒め合わせる。
- ② レタス、キュウリは細切り、大葉はせん切り、ミョウガは小口切りにする。 それぞれ水にさらしてシャキッとさせ、水気を切る。
- ❸ オクラは塩ずりしてさっとゆで、氷水にとる。へタを切り落とし、小口切りにする。
- 4 プチトマトはヘタを取り、半分に切る。
- (5) ごはんを盛り、レタス、①を順にのせ、 パルメザンチーズ、いり胡麻 白をふる。 他の野菜を彩りよく盛りつける。

賛否両論 恵比寿本店

東京都渋谷区恵比寿2-14-4

☎03-3440-5572

替否両論 名古屋

名古屋市千種区高見2-1-12 ナゴヤセントラルガーデン

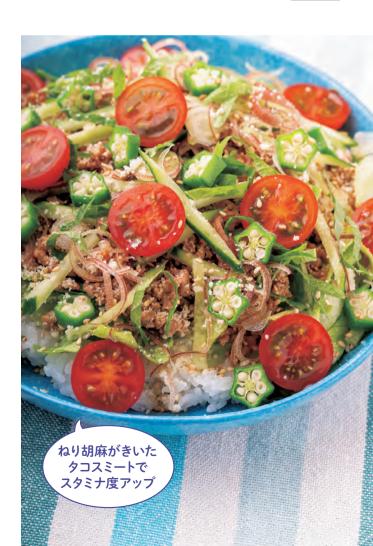
☎052-753-7677

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

東京・恵比寿、名古屋に店を構える賛否両論。食・農・温泉の複合施設「アクアイグニス仙台」内の笠原さんプロデュース店「笠庵」では、8月12日、13日にビアガーデンイベントを開催。笠原さん自らも焼鳥を焼きます! 詳細はhttps://aquaignis-sendai.jp/へ。

やみつきの一言 29

ごまの香りとうまみ、 辛さの三拍子そろえば 夏もパワフル!



ごはん 井2杯

パルメザンチーズ 大さじ2

いり胡麻白 大さじ1

アフリカ・マラウイ共和国における マルホン胡麻油のSDGs活動

マルホン胡麻油はごまの生産地マラウイ共和国における支援活動 を2021年にスタートしました。その第一歩として、テレレ・メディカル センターに救急車輌を配備する準備を進め、4月28日に現地で贈呈 式が開催されました。ごま油を持続的につくりつづけるために、今後 も生産者の生活基盤の向上につながる取り組みを続けます。



の贈呈式の模様。現 の人々に還元する活 動を持続的に継続。





NEW BOOK ----

ウー・ウェンさんの新刊



「ウー・ウェンの煮もの あえもの」

煮物とあえもの、合わせて約 100品。これら2つの調理法をこ なせれば、毎日の献立づくりは自 由自在で、野菜やタンパク質のバ ランスも自然に整います。ウー・ウ ェンさんのレシピはシンプルで簡 単なのに、驚くほどおいしいもの ばかり。太白胡麻油や太香胡麻 油はウーさんの料理にとって欠か すことができない調味料のひとつ として紹介されています。





い天 よぶ よ新発 油 売となりました





待望の天ぷら専用のごま油「天ぷら油 咲」が4月20日に新発売と なりました。天ぷらはなんといっても揚げ油が命。この商品は家庭でも おいしい天ぷらを揚げてほしいと願うマルホン胡麻油の想いに対し、 銀座「てんぷら近藤 | の近藤文夫さんの賛同を得て完成したもの。同 店の揚げ油を参考にし、近藤さんのお墨つきをいただいた上で商品化 となりました。「ごまのうまみとほのかな芳香が魚介にも野菜にも合い、 ご家庭で軽くサクッと揚げられますよ」(近藤さん)。日本酒を吟味する かのように上質な油を追求する、そんなイメージのボトルやラベルの デザインにもご注目ください。

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/
- 通信販売でのご購入・お問合せ **፴** 0120-77-1150 (平日9:00~12:00、13:00~17:00)



マイルド ワイルド/濃口 かけ旨ごま油





ごま油屋のラー油



コクと香りの ねりごま 白



四国の食材、人、すばらしい出会い がたくさんでした。海に囲まれ、川 があり、美しい野山があり。四県で 味わった食はそれぞれが魅力的で、 どこかやさしい心に染みわたる味 わいでした。陽光が気持ちのいいあ る日、四万十川のほとりでピクニッ ク。せせらぎの音に耳を傾けながら、 青海苔と太白胡麻油でオリジナル のクラフトオイルをつくりました。き らめくオイルのなかにゆらめく青海 苔はどこか四万十川の清流とシンク 口。この美しさに癒されながら、四 国の恵みに感謝の気持ちでいっぱ いになりました。香川、徳島、愛媛、 高知のみなさん、ありがとうござい ました!

special thanks:四万十町役場