# ごま油の四季



秋の号 149 2023 Autumn
The Seasons of Sesame Oil by TAKEMOTO OIL & FAT CO.,LTD.

特集 ◎ Invisible oil

# 進化する太白胡麻油

Florilège cenci 一子相伝 なかむら PRISM

慈華 Turandot 臥龍居 茶禅華 蓮香 金威 天天厨房 慶



#### 連載◎

マルホン天ぷら研鑽会 太白胡麻油・特別篇

清壽 CHIUnE

浅沼 前平

静岡・駿河前ガストロノミー研鑽会

その3 Simples

毎日食べたい、やみつきごはん 笠原将弘 [賛否両論]





普段使いのごま油。 香りのない 探さないで

# フロリレージュの 華やかなクラフトオイル

「フロリレージュ」の川手寛康シェフが、

太白胡麻油に香りを移したフレーバーオイルを 使うようになったのは今から8年ほど前。

> 当初フィーチャーしていたのは おもに香りでしたが、次第に

> > "味"の要素が増えてきました。

それはもはやフレーバーオイルの

括りを超え、太白胡麻油と

素材で料理を自由自在に表現する

「クラフトオイル」の世界観です。

トレビスの赤いソース

赤いローゼルオイル

オリエンタルな要素に フローラルな酸味!? 意外性のサプライズ



#### ローゼルオイル

ローゼル50gをブレンダー(バイタミックス を使用・以下も同様)で細かく粉砕しながら 70℃まで温度を上げ、太白胡麻油100gを 加えて撹拌する。漉さずに使用する。ローゼ ルはガクやツボミ状の部分をハイビスカステ ィーとして用いることが多く、酸味が強い。



フロリレージュ 川手寛康

1978年、東京生まれ。「ル・ブ ルギニオン」、フランスでの修業 を経て、「カンテサンス」のスーシ ェフを務めた。2009年に外苑 前に「フロリレージュ」を開店、 2015年に移転。今年9月に再 度移転して新店舗を構え、フロリ レージュの第3章をスタートする。

#### レタスのロースト

くし切りしたレタスの葉の間にトレビスと 乾燥帆立をトマトのコンソメで火入れした フィリングを入れ、軽くローストする。トレ ビスの火入れの時にでたジュースを煮詰 め、塩で調味してソースとする。レタスを 盛りつけ、トレビスのソースとローゼルオイ ルを皿に流し、レモンバーベナをちらす。

ハマらぬ独自性を貫いています。 ンティティを感じさせたりと型に をにおわせたり、日本人のアイデ の上の着地点は時にオリエンタル 素材のセレクトや組み合わせ、皿 そんな川手シェフの料理には

華やかになるのです。 感じとる酸味は余韻が き、その分の酸味をローゼルのオ していたソースからビネガーを抜 ルで感じさせます。 オイルから たく、 パッ チョ より

「僕のオイル使いは、

カ

品の料理でもそれは明らかです。 ることが増え、今回ご紹介する3 イルでうまみなどの味覚も表現す て生まれたクラフトオイルは80 に太白胡麻油と素材を組み合わせ フレーバーのみならず、 オ

版で、フロリレージュは堂々27位

ベストレストラン50

]2023年

今年6月に発表された

世

クラフトオイル

香りの表現力フフトオイルの

ランス料理をルーツにもちながら する川手寛康シェフの料理は、フ にランクインしました。年々進化

本来赤ワインビネガーで酸味をだ たとえば、「レタスのロースト」は

プンに向け、 フロリレージュは今秋の移転オー うまみに相当する分を、 を多く使うようになり、 でのクラフトオイルにも注目です 理を軸にさらに進化します。 補うことが増えているといいます。 と川手シェフ。ここ数年は野菜 プラントベースの オイルで 動物性の

そんな使い方です」 ちょっとつまらない料理になる。 微妙ですが、でもオイルなしでは せないかもしれないし、 一皿食べても何のオイルか探 という次元ではないんで それほど

オイルが欠かせません。これまで

いよね、 にオイルをかけて食べるとおいし

#### フェンネルのコンフィ

バターでコンフィしたフェンネルを焼き、ジャガイモのピュレとともに盛りつけ、フェンネルの葉のフリットをあしらう。スープ・ド・ポワソンを流し、緑茶オイルを流す。酸味をつけたルイユ (卵黄ベースのサフランニンニクソース)を添える。

#### 緑茶オイル

煎茶茶葉50g、太白胡麻油50gをブレンダーにかけ、色が飛ばないように65℃まで温度を上げる。漉す。





味は水溶性の方程式香りは脂溶性、

概念は、「香りは脂溶性」「味は水

クラフトオイルのベーシックな

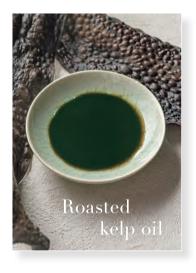
溶性」という2点。上記の「緑茶オ

イル」で解説します。

一方、味は水溶性なので、太白 一方、味は水溶性なので、太白 の味覚をかすかながら感じとる その味覚をかすかながら感じとる その味覚をかすかながら感じとる その味覚をかすかながら感じとる では、味はより強く感じとること

すかなとろみもでます。 で、舌にのりやすく、オイルにかーゼルの微粒子がオリ状になるのーゼルの微粒子がオリ状になるののがないため。口をれは撹拌後に漉さないため。口をれば撹拌後に漉さないため。口を考までに、「ローゼルオイル」





#### 焦がし昆布オイル

日高昆布50gを180℃のオーブンで20分ローストし、しっかり焼き込んで香りをだす。ブレンダーに太白胡麻油100gとともに入れて撹拌しながら70℃まで温度を上げる。漉す。

#### 大根パイ

乾燥させた大根でつくった大根餅の上に、コンソメで炊いた大根をのせ、パイで包み、揚げる。アサリのダシと白ワインを煮詰め、生クリーム少量を加えてソースとする。大根パイを盛りつけて塩昆布のパウダーをふり、ダシを含ませたとんぶりとキャビアを添える。ソースと焦がし昆布オイルを流す。

#### Florilège

東京都港区虎ノ門5-10-7 麻布台ヒルズ ガーデンプラザ D 2F ● 12:00 ~15:00 (12:30L.O.)、18:00~22:00 (18:30L.O.) ● 日曜ディナー、月、火曜ランチ (ほか不定休あり) florilege@aoyama-florilege.jp/ランチコース1万円、ディナーコース2万円

#### フロリレージュの新章は プラントベース

フロリレージュは今後プラントベースの料理を進化させます。「クラフトオイルの次の一手は、バターやマヨネーズなど形状を変えてのオイルの表現になるかもしれない」(川手シェフ)。豆乳クリームと太白胡麻油でつくるマヨネーズに、動物性に替わるうまみを補うためにカリフラワーのぬか漬けを加えてバターに仕上げるなど…構想はどんどん膨らんでいます。



#### 胡瓜 バジル ワカタイマリーゴールド ほっき貝

スイートバジル、ワカタイ(ペルー で使うハーブ)、マリーゴールドを それぞれお湯に诵し、氷水にとっ て色止めして水分を絞る。それぞ れブレンダーが回る最少量の太白 胡麻油とともに撹拌してペースト 状にする(真空パックで冷凍保存)。 3種のペーストをブレンダーで合 わせてグリーンペーストをつくる。 ニンニクオイル、鶏ダシ (鶏節と昆 布でとる)、貝のヒモのダシでベー スをつくり、ゆでたフェットチーネ、 細切りにしたキュウリ(0.5%量の 塩をふり、少し柔らかくする)を加 えて水分を詰め、途中で火入れし たホッキ貝を加え、水分が少なくな ったらグリーンペーストを加えてつ なぐ。レモンバジル、パッションバ ジルをあしらう。

3種のグリーンのハーブが重なる苦味の膨らみ 太白胡麻油にしかできない表現



冷たい太白胡麻油でつくる

冴えたグリーンペースト



チェンチ 坂本 健

1975年、京都生まれ。「イル・パッパラルド」 「イル・ギオットーネ」で笹島保弘シェフに師事し、イル・ギオットーネ本店で料理長を9年務める。2014年に「チェンチ」を開店。

オリーブオイルができないこと

京都「チェンチ」

## イタリア料理に 太白胡麻油の出番あり

素材を生かす料理観。料理人にとってこのキーワードは不可欠ですが、「チェンチ」の坂本健シェフの素材を選び、織り重ねる表現はひと際繊細。イタリア料理を軸に、生まれ育った京都、日本国内、そして世界の素材を探究しながら、一皿に数多くの素材を緻密に積み重ねています。



#### 牡蠣 じゃがいも つるむらさき 無農薬レモン

ニンニクのスライスと太白胡麻油を火にかけてニンニクが少し色づくまで温度を上げる。火をとめてしばらく冷ましてから、牡蠣を加えて太白胡麻油をヒタヒタに注ぎ、80℃のスチームコンベクションオーブンで30分加熱してコンフィにする。スキレットに牡蠣のコンフィのオイル、蒸して皮をむいたジャガイモを入れて火にかける。ジャガイモが揚げたような状態になったら、ツルムラサキを加え、少し火が入ったら薄くイチョウ切りにしたレモンを加え、牡蠣のコンフィをのせる。仕上げに粉末の完熟山椒をふり、熱々を供する。



低温でコンフィした 太白胡麻油には、 牡蠣の味わいやニン ニクの香ばしさが移 り、何ともいえない うまみがあふれる。

#### アマゾンカカオ シフォンケーキ

アマゾンカカオの現地視察もした坂本シェフの想いが詰まった、アマゾンカカオ尽くしのドルチェ。生地に太白胡麻油を使ったカカオのシフォンケーキは、キメが細かくふわふわ。カカオのクーベルチュールのホイップクリームがたっぷりで、アクセントにハレヤ(ホワイトカカオ・マカンボのジャム)とカカオニブがひそんでいる。



#### cenci

京都市左京区聖護院円頓美町44-7 ☎075-708-5307 ❷ 12:00~15:00 (12:30L. 0.)、18:00~21:30 (18:30L.0.) ❷月(不定休あり) https://cenci-kyoto.com/ランチ1万2100円、2万1780円、ディナー2万1780円。アマゾンカカオシフォンケーキはオンラインショップや、姉妹店 [manina]で販売



に使えて、

ふくよかなのが太白胡

油。一方、

オリーブオイルは存

らして際立たせます」

在感の強い油なので、仕上げにた

は増えています。

さまざまな調理

太白胡麻油のほうが使う量しいうと、オリーブオイルよ

番は増えるのです。

「といいます。加熱調理の媒施役」といいます。加熱調理の媒素材の味はマスキングせず、色も素材の味はマスキングせず、色も素材の味はマスキングせず、色も素がの味はマスキングできるのが太

正解ではなくなっているそうです。っては、この組み合わせは当たり前のこと。でも、地元京都や国産の素材を生でも、地元京都や国産の素材を生いれば、カリー料理といえば、オリーイタリア料理といえば、オリー

# 和食の関係を究める微量の油脂があると味るの関係を究める機量な太白胡麻油と

きんぴらごぼうを炒めるごま油や、和食は水の料理といわれますが、ほ 「一子相伝 なかむら」の中村元計さんは、この微量な匙加減の油脂を科学的に追究しています。 油揚げを入れる野菜の煮炊き物がその一 んの微量の油脂があると味わいや満足感が増幅 例です。 します。





鱧オイルはたっぷり。適度に表面を保湿しつつ、身にはほとんど吸収されないので油っぽさは皆無。炭火の上に落ちた鱧オイルが薫香を立ちのぽらせ、香ばしく焼きあがる。





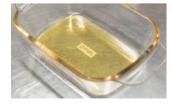
鱧の中骨をオーブンで カリカリになるまで焼いて粉砕し、100℃に加熱した白胡麻だと白胡麻だと に移してしばらくないに と合わせる。保存くは と、骨と油に分離を「 とので、上部の油を「 オイル」として使う。



#### 抹茶艶玉

水500mlと上白糖½カップを混ぜる(=A)。 Aを100mlと抹茶20gを合わせてよく練る。 別にAを100mlと寒天\*2gを混ぜながら 85℃で5分加熱する。ここにAの残りを加 え、氷をあてて冷やしながら、練った抹茶、 約1%量の太白胡麻油(200℃で5~10分 加熱して冷ましたもの)を加える。冷凍庫で 冷やし固め、ディッシャーで盛りつける。

\*伊那食品工業の粘弾性が強い「大和」を使用



「太白胡麻油を200℃で5~10分加 熱すると、えもいわれぬうまみがでます。 これが隠し味になります」(中村さん)



太白胡麻油が抹茶アイスに艶を 与え、シャーベット状のシャリシ ャリとは異なるなめらかな口当 たりを生む。乳製品不使用とは 思えないほどまろやか。冷凍す れば氷菓に、冷蔵してエスプー マサイフォンで絞るとソースに もなる。

\*文献 「料理への微量油脂の添加が嗜好性に与える効果」中村元計 日本調理科学会誌 Vol.55, No.2, 124~128 (2022)

研究を進めました。 与える効果」をテーマに大学院で あったからこそ、 鮮明だといいます。 使った料理がでてきたときのおい 思い出とともに、「ちょっと油を 食べても満腹感を得られなかった 僧門で修行した経歴をもちます。 ら、「微量油脂の添加が嗜好性に わない和食の世界に身をおきなが しさといったらなかった」記 若かりし頃、 元計さんは料理の道に入る前に 精進料理は食べても 油脂をあまり使 当時の 経験が 憶が

相伝なかむらの主人、

隠し味となるのです。 味 のの1%ほど。それでもコクや と中村さん。料理に加える まろやかさが増し、 量

太白胡麻油がいいですね 劣化しにくい ることを思い出せば、 揚げを煮物に入れるとおいしくな と思われるかもしれませんが、 結びつきます。 うまみが増して料理のおいしさ - 加熱してわずかに酸化した油 (化を促すゆえに、それでもな かめません 油脂が必須。 か。あえて加熱し 奇妙なことをいう イメージを だ たから



#### 一子相伝 なかむら 中村元計

1962年、京都生まれ。東京 水産大学(現·東京海洋大学) 卒業後、天龍寺で2年雲水と して修行。創業文政10年 (1827年)の家業を継ぎ、6代 目主人を務める。2021年に 龍谷大学大学院農学研究科 にて食農科学の博士学位を 取得。



#### 一子相伝 なかむら

京都市中京区富小路御池下ル136 ☎075-221-5511 ❷ 12:00~12:30 最終入店、17:00~18:30 最終入店 ⑥不定 http://www.kyoryori-nakamura.com/ 昼2万2000円、夜3万3000円~

#### **PRISM** 柴田勇作

1986年、東京生まれ。京干プラザホテル、 エコール・クリオロ、ザ・ペニンシュラ東京、 銀座マルキーズなどで修業。2023年の クープ・デュ・モンド・ドゥ・ラ・パティスリ -で日本チームの一人として優勝を飾る。 現在は木頭柚子の生産地との縁をきっか けに徳島に移住し、㈱PRISMを立ちあ げてコンサルタントなどを手掛ける。 2024年2月の独立開業に向けて準備中。



#### ケーク木頭柚子

材料/23cm×5cm×高さ5cmパウンド型\*15台分

#### ケーク柚子生地

太白胡麻油 315g キビ砂糖 210g 和三盆糖 105g 転化糖 21g ┌中力粉 210g B アーモンドパウダー 105g └ ベーキングパウダー 5g 全卵 315g バニラオイル 2.1g 柚子果汁 42g

- 1. Aを混ぜ合わせ、B、全卵、バニ ラオイル、柚子果汁の順に加え、き ちんと乳化させながら混ぜる。
- 2.型 (離型の準備をする) に250g ずつ入れる。170℃のコンベクショ ンオーブンで15分焼き、上に網をの せてさらに約22分焼く。

**コンフィ柚子** 1台に34g使用 柚子皮 適量

グラニュー糖 ボイル後の柚子皮の 50%量(=A)

柚子果汁 Aの10%量

- **1.** 柚子皮を3回ボイルする。
- 2.1と他の材料をBrix50%まで煮

柚子クリーム 1台に26g使用 柚子のクーベルチュール\*2 100g 太白胡麻油 40g

1. クーベルチュールを溶かし、太白 胡麻油を加えて混ぜる。



つくりやすい量 ホワイトチョコレート 400g 柚子のクーベルチュール\*2 200g 太白胡麻油 60g アーモンドダイス(16割) 30g

1. チョコレート2種を溶かし、太白 胡麻油を加えて混ぜ、アーモンドダ イスを加える。

#### 仕上げ

粉糖、金箔 各適量

- 1. ケーク柚子の凹み (焼成時の下 面) にコンフィ柚子、柚子クリーム を順に絞る。
- 2. パータ・グラッセ柚子を40℃に 調整し、1を上面の縁まで浸して余 分を切る。冷蔵庫で一晩落ち着か
- 3. 上面の生地部分に粉糖をふり、 金箔を飾る。冷蔵で約1週間日持 ちする。
- \*1 シリコマート社/PARIS550 \*2 ヴァローナ/インスピレーション・



パウンドケーキ

クープ・デュ・モンドで日本チーム優勝を果たした柴 田勇作シェフ。フルーツならではの繊細な酸味を際 立たせた、パウンドケーキのレシピを提案します。

『が生む』

わ

いですが

フランス菓子は本来バ

柚子クリーム コンフィ柚子 パータ・グラッセ柚子

するために、 まり方を適度な柔らかさに調 タ・グラッセはチョ ランスよく 宗材感が いピュアなパウンド 香り、 太白胡· 鮮烈。 、折り重 味 |麻油を配 テクスチ  $\Box$ レ

油 う 地 はフルーツなどの素材をピ 感じさせてくれます グラッ いの ク木頭 コンフィ、 ます。 発想の焼き菓子。 ーツに太白胡麻油が セで構成する、 (柚子は柚子を 生地は木頭柚子 クリ この

な香りをもち、 輪郭をだすためには太白 味 ーと名高 柑橘ならでは と柴田勇作シェ 、ます。 徳島 そ れで の いて力 繊 の F) フは 細 木質

#### Starter

「プラントベースマヨ |をベースに、 野菜やハーブと合わせてふわふわ ホイップフィリングをつくります。

#### カラフルグージェール

材料(4、5個分) プチシュー生地4~ 5個 カボチャホイップ [プラントベース マヨ(→下記)50g 蒸したカボチャ 40g] ビーツホイップ [プラントベース マヨ (→下記) 50g 蒸したビーツ (市 販品) 55g] ハーブホイップ [プラント ベースマヨ (→下記) 100g 好みのハー ブ適量]

**1** カボチャホイップ、ビーツホイップは 各材料をブレンダーにかける。2ハーブ ホイップはハーブをきざみ、プラントベ ースマヨと混ぜる。 3 プチシュー生地 に切り目を入れ、①、②を入れる。

> プチシュー生地 recipe by レガレヴ





#### Appetizer

/tasty

乳製品なしが信じられない! フレンチの王道の前菜を クリーミーでシルキーに。

#### キャロットムース

材料(2人分) A「プラントベ -スマヨ(→右記)70g 蒸し たニンジン40g] B[野菜コ ンソメ(市販品)100ml アガ -小さじ½] チャイブ適量

**1** Aをブレンダーにかける。 **2** Bの野菜コンソメにアガーを加 えて泡立て器でよく混ぜて煮溶 かし、冷やす。 3 グラスに①を 盛りつけ、②をスプーンですくっ てのせ、チャイブを添える。

らかに乳化しやすいのも特徴で、乳化した太 白胡麻油はまるで乳製品を思わせるようなミ ルキーでリッチな風味を醸しだし、シルキー なテクスチャーやツヤツヤの質感を生みだし ます。そんな前菜からスイーツまで、おいしさ あふれるプラントベースメニューを舌鼓を打 ちながらお楽しみください。

プラントベースやヴィーガンのメニューで太

白胡麻油を使うシーンが増えています。植物 油脂なのに、コクやうまみがあって、料理の おいしさを底上げするのが太白胡麻油。なめ

#### Basic part

#### プラントベースマヨ

#### 材料(約400g分)

A [豆乳クリーム(不二製油・コ クリーム) 160ml リンゴ酢大 さじ4 塩小さじ1] 太白胡 麻油200ml



● ブレンダーにAを入れ、すぐに回してとろりと させる。 ② 太白胡麻油を少量加えてよく回し、 もう一度少量加えて回し、残りは回しながら少 しずつ加えてしっかり乳化させる。

#### Salad

ビーツとプラントベースマヨでみずみずしく、 ツヤツヤ鮮やかなホイップドレッシング。

#### ビーツホイップのサラダ

材料(1皿分) 野菜のエチュベ[好みの野菜、塩、 太白胡麻油各適量〕 クスクス¼カップ 太白 胡麻油、塩各少量 ベビーリーフ適量 ビーツ ホイップ  $(\rightarrow P10 カラフルグージェール) 適量$ 

●野菜を食べやすい大きさにカットして鍋に入 れ、塩と太白胡麻油をふって火にかけ、エチュベ (蒸し煮)する。冷ます。 2クスクスにお湯適量 と太白胡麻油、塩を加えてもどす(分量や時間は 製品の指示通りに)。 3 皿に①、ベビーリーフを 盛りつけ、②をトッピングし、ビーツホイップをた っぷりと添える。





#### Main dish

#### ホワイトステーキ

材料(2人分) A[カリフラワー¼株 太白胡麻油、 デュカ各適量] パイ生地適量 B[マッシュルーム 100g ローレル1枚 タカノツメ½本 塩適量 太白胡麻油適量] C[ジャガイモ100g 塩適量 太白胡麻油30g 豆乳クリーム(不二製油・コクリ -ム)40ml] D[プラントベースバター(→P12) 15g 純ねり胡麻 黒ソフトパウチ7g] デュカ適量

**1** Aのカリフラワーに太白胡麻油、デュカをふりかけ、 オーブンで焼く。厚さ5mmにスライスする。2パイ生 地を厚さ2mmにのばして12cm×7cmくらいにカットし、 ピケする。上に天板をのせ、180℃のオーブンで約 25 分焼く。 3 Bのマッシュルームを半分にカットし て耐熱容器に入れ、ローレルとタカノツメ、塩を入れ、 太白胡麻油を軽くヒタヒタに注ぐ。ラップをぴったり とかけ、電子レンジ (500W) で約3分加熱し、冷ます。 43のマッシュルームとオイル大さじ2、塩をブレン ダーにかけて粗めのペースト状にする。 6 ℃のジャ ガイモを塩を入れた水からゆで、皮をむいてつぶす。 鍋に太白胡麻油、豆乳クリームとともに入れて弱火 にかけ、なめらかにする。 6Dの材料を混ぜる。 7 ②の上に④を少量のせ、①を重ねる。 ⑧皿に⑦をお き、4、5、6を添え、デュカをふる。

パイ生地 recipe by レガレヴ





#### モンブラン

材料(2、3個分) マロンクリーム[マ ロンピューレ100g キビ砂糖25g 太 白胡麻油10g ラム酒適量] 焼きメレ ンゲ\*、カシスジャム、マロングラッセ各 適量 \*Comme'N MERINGUE(https: //commen-mg.jp/) のヴィーガン製品

●鍋にマロンピューレとキビ砂糖を入れ て火にかけて練りあげ、太白胡麻油を加 えて混ぜ、ラム酒を加える。冷ます。 2 グラスに焼きメレンゲをくだいて入れ、カ シスジャムをのせる。①をモンブラン口金 で絞り、マロングラッセを飾る。

Dessert

#### イモ・クリ・ナンキン

スイーツづくりの生クリームやバターのかわりに、太白胡麻油を使います。 秋のお楽しみ、イモ・クリ・ナンキンは約10%量の太白胡麻油でのばすだけで 素材の味が際立ち、美しく色が映えます。シンプルなレシピでも、美味◎。

#### カボチャのモンブラン

材料(2、3個分) カボチャクリーム [蒸 したカボチャ 100g キビ砂糖 10g 太 白胡麻油15~20g シナモンパウダー 適量] パータ・タルティネ(ヘーゼルナ ッツ)\*、カボチャの種各適量 \*レガレ ヴ(https://regalezvous.com/)の製品

●鍋にペースト状にしたカボチャ、キビ 砂糖を入れて火にかけて練りあげ、太白 胡麻油を加えて混ぜ、シナモンパウダー を加える。冷ます。 2 皿にパータ・タルテ ィネ(ヘーゼルナッツ)をぬり広げ、①を 丸口金で絞る。カボチャの種を飾る。



#### 焼きイモブリュレ

材料(2個分) サツマイモクリーム 「焼きイモ100g 太白胡麻油10~15g オレンジリキュール適量〕 グ ラニュー糖、サツマイモチップ各適量

●焼きイモの皮をむいてペースト状にし、電子レンジで 軽く加熱して温める。太白胡麻油、オレンジリキュール を加えて混ぜる。 2 ①を耐熱容器に薄めに入れ、グラ ニュー糖をふり、ガスバーナーでキャラメリゼする。サ ツマイモチップを飾る。



#### Basic part

#### プラントベースバター

材料(約620g分) A 「豆乳クリーム(不 二製油・コクリーム) 135g リンゴ酢小さ じ4] ココナッツオイル(無香)390g 太白胡麻油70g 塩小さじ1

く。 2 ①と他の材料 (コ コナッツオイルは液状で 使用) をブレンダーにかけ てしっかり乳化させる。

3 容器に入れ、冷蔵庫で 冷やし固める。



大ブームのバタークリームサンドも 太白胡麻油のプラントベースバターで。

#### バタークリームサンド

材料(各1個分) ラムレーズン[プラントベ ースバター(→左記) 20g 粉糖3g ラム 酒適量 ラムレーズン5、6粒] カカオオレ ンジ [プラントベースバター(→左記)20g 粉糖3g ココアパウダー1g ブランデー、 オレンジピール、カカオニブ各適量] 直径6 cm大のヴィーガンクッキー\*2枚 \*Dragon Michiko (http://dragon-michiko.tokyo/)

●ラムレーズン、カカオオレンジの各材料を 混ぜ合わせる。 2 クッキーに①を絞ってサン ドする。





#### 山本謙治

1971年、愛媛生まれ。 やまけん の愛称で知られ、幅広く活躍す る農畜産物コンサルタント、ジャ ーナリスト。https://www. goodtables.jp/



スティングし、 オリーブオイルをブラインドでテイ 答え合わせの時には各油脂の製造 授業で答え合わせをしま グは最適 ブラインドテイスティ  $\sigma$ つことが目的です。 対する見識を正 法なども講義し、 口の料理人にも したいですね 性 をつかむ な方法です。 強 しく 油脂に 油脂 め

character

#### 2 見事、 太白胡麻油を 当てた学生は 3人!

#### 「毎年何人が当てるのか楽しみ」 (やまけんさん)

ちなみに、

と回答したのは、 太白胡麻油を別の 下記の通り。

米 油 を伝える重要性を感じた。 たちに認識されていることに驚か あらためて油脂の使

これほど多くの種類の油脂が学生

紅花油、 油(3)、 5 油 油 12 + ・ヤノーラ油 菜種油(10)、ヒマワリ 綿実油(2)、 4 コー アマニ ン油

たのは3人。 イスティングで太白胡麻油を当て 人の学生中、 ブラインドテ

そのうち2人は実家で太白胡麻

理場担 油を使っているの もう1人はアルバイ |当者から助言をもらったと をみたことがあ ト先の調

> įν 回 オリーブオイル 答 24 エゴマ 大豆油 油 ココナッ 17 (以上1)。 サラダ ツオ

character

醤油

酢

野菜、

肉など。「油脂」の

回

います。

取りあげる食品は、

卵

油

年「ブラインドテイスティング」をして

本大学の コーディネー

生物資源科学部でフ

ト実習を担当し、

今年も6月に実施し、

太白胡麻油

#### 他の油脂に比べて個性がない。 それが太白胡麻油のキャラ

した。

油

大半の学生にとって太白胡麻油は 既知でなく、未体験の油脂であったが、 見た目、香り、味わいによる【総合評 価】、野菜を炒めた【料理適性】ともに、 他の油脂に対して大きくポイントを開 いて評価が高い。このポイント差の理 由は、菜種油やオリーブオイルは味や 香りに明らかな特徴があり、使い方を 選ばなければならないと学生たちが 感じたことが大きいと思われる。その 点で太白胡麻油はオールマイティだと 捉えられたようだ。

#### 【総合評価】

評価4.0 太白胡麻油 評価 3.1 菜種油 オリーブオイル 評価 3.0

5段階評価の記入式の総合評価を合 算し、回答者数で割った平均値(四捨 五入)。

#### 【炒め調理における料理適性】

評価4.2 太白胡麻油 評価 3.2 菜種油 オリーブオイル 評価 3.2

青菜やキャベツなどを炒め調理した上 で、料理適性を評価。適性が低い↔ 高いの5段階評価を合算し、回答者数 で割った平均値 (四捨五入)。

# 「油のブラインドテイスティング」 の結果を 食のコンサルタント つ か みます 倒

やまけ

んが日本大学の講義

で毎年行なう

太白胡麻油

は

体どの

ような油

な の

か?!

この

油の特性とは?!

のブライ

「ごま油の四季」編集部

:がヒモ解き、

分析 麻

した本企画。

人の学生の舌

「の感性から、

太白胡

油 の

真のキャラクタ

Ī

を

#### 【ブラインドテイスティングの方法】

- 太白胡麻油、菜種油 (コールドプレス)、オリー <u>ブオイル (サルデーニャ産・コールドプレス) の 3</u> \_\_\_\_\_ 種類のブラインドテイスティングを 2023 年 6 月、 学生85人により実施(※参考値として自宅で使っ ているオイルも同時にテイスティング)。3 種類を 試飲してそれぞれ何の油脂かを回答し、下記も同 時に評価した。
- 非加熱でテイスティングした際の「見た目」「香 り|「味わい」の評価
- 野菜(青菜やキャベツなど)を炒めて加熱した 後の料理適性の評価
- 総合評価

character

5 ブラインド テイスティングの コメントから 油脂に対する 価値観がみえてくる

素材を生かす

太白胡麻油

油として 主張しすぎない

#### 学生にも浸透している 「素材を生かす」重要性

白胡麻 をした菜種油は香ばしさがあり、 今回ブラインドテイスティング は 高 評価を得たと

素材を では、 ようなキーワードで評される太 が \_でもあり、 多くみられ 油脂に関しても 生かすの 学生たちの た。 がよい」という評 その 「調理する コメント 結果 4

中の食全般が

素材重視の

白胡麻 合わ けるようだ。見た目の透明 펄 ば IJ I がないテクスチャ した時に油っぽさを感じにく はならな する せる 油は ブオイ 時に扱いやす 素材との相性を知らなけ 味や香りが それに対して、 は苦味があるた い印象を受 な 炒 いた め

太白胡麻油は無味無臭の水のよう、菜種油は香ばしい主張

透明な植物性油脂という括りでまとめられがちな太白胡麻油と他の油 脂。しかしながら、ブラインドテイスティングをすることにより、香りも味 もまったく違うものだということを実感できる。評価シートのコメントをみ ると、太白胡麻油は油自体が無味無臭で、粘性もほぼなく、多くの学生に とってこの特徴は使いやすく、ヘルシー感にも結びつくようだ。対して、 菜種油は香りや味わいのイメージとして「トウモロコシ」「アスパラガス」 「フルーティ|「草|「穀物|「土|……といった無数の表現が用いられ、料 理に香ばしさをだしたい時に向いているというコメントにその特徴が集約 されている。良し悪しではなく、個性の違いを認識することが大切なのだ。

キャノーラ油で炒めたモヤシ炒め

太白胡麻油で炒めたモヤシ炒め

複雑さ 複雑さ まろやかな余韻 コク まろやかな余韻 渋味の 渋味・エグミ 渋味・エグミ 余韻 コクの余韻 まろやかさ まろやかさ コクの余韻 複雑な余韻 作味・漕る 複雑な余韻 塩味・濃さ

【参考】5種類の植物性油脂でモヤシを炒め、その味わいの平均値に対して、太白胡麻油、キ ャノーラ油(菜種油の一種)がどのように呈味するかを示したチャート(データ計測・解析/味 香り戦略研究所)。今回のブラインドテイスティングの評価を裏づける呈味であることがわかる。

油

character

3

太似

character

【太白胡麻油を評価するキーワード】

水のよう 無味無臭 クセがない 体によさそう 料理に 油の影響がでない 万能 甘み あっさり、 まとわりつかない 素材を生かす

#### 学生たち、ナイスなことをいってくれるじゃないですか!

学生たちが太白胡麻油を評したキャラクターをピックアップすると上記 のようになる。本誌でも日頃から使うキーワードが多くみられ、太白胡麻油 を食べ慣れない学生の味覚でも、感じるものは同じだということがわかる。 一部、味や香りに特徴がないことをデメリットと捉えるコメントもみられた。

ながっている

油脂としての高評価に

理

<sup>1ッカ</sup> **慈華** 東京都港区南青山2-14-15 五十嵐ビル2F **☎**03-3796-7835 https://www.itsuka8.com/

Turandot 臥龍居 東京都港区赤坂6-16-10 ☎03-3568-7190 https://www.wakiya.co.jp/

茶禅華 東京都港区南麻布4-7-5

☎03-5449-6778 https://sazenka.com/

蓮香 東京都港区白金4-1-7

☎03-5422-7373 https://rensyan.tenpo-lp.com/

金威 東京都世田谷区代沢3-14-4 COMS DAIZAWA 東棟1F ☎03-6450-9540 https://www.kamui-shimokita.site/

テンテンチュウボウ 天天厨房 東京都世田谷区粕谷4-18-7

☎03-6754-6893 Instagram@tentenchubo

た 慶 東京都目黒区五本木 3-33-2 ベルマーレ学芸大 102

☎03-6884-6501 https://qing1220.tokyo/



# 油の芸術、中国料理 太白胡麻油の 表現力

ごま油といえば中国料理。その常識も時代とともに変化があり、香り立つ焙煎ごま油だけでなく、太白胡麻油を愛用する料理人がこの十年ほどで増えてきています。中国料理に太白胡麻油はどのような使われ方をしているのか、そしてその理由は? 7人の有志が集まり、それぞれがつくる料理を披露しながら語りあいました。



中国料理の料理人たちは日頃から連絡をとり合い、第後の深夜に有志が集まって勉強会を開催し研鑽を本誌のリクエストで「太白胡麻油」と設定してもらい、小がけで集まったのが四川、超えた、7人。2023年8月1日深夜、慈華にて行なわれた勉強品は4時間におよび、1人2料理をつくり、皆で試食した。

フグ、鮎は繊細なので、中国料理つです。「日本の魚、たとえば鱧やも、太白胡麻油を使う理由のひとまた、日本と中国の食材の違い

がその一例です。

は油を多用する技法ですが、時代 とわかります。そもそも中国料理 プ麺」(福田)や「冷製麻油鶏」 りました。今回の料理では 伝えるために生かされるようにな ためではなく、ピュアな持ち味を った現在、 材の鮮度がよいのが当たり前にな てきました。流通の向上により素 背景とともに油の使い方も変化し あることが太白胡麻油の特徴だ これらのコメント それに相反するようにうまみ 油は素材の欠点を隠す からは 軽さ

「いい意味で無味」小山内
「水のようにさらっとしている」福田
「うまみはあり、個性はない」川田
「特色がない、でも食べると
当たりが違う」小澤

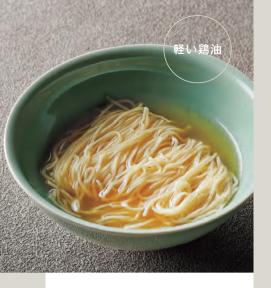
「加熱した時の、独特の香ばしさがいい。炒飯や青菜炒めに」田村

「とても軽い」梁

「うまみ調味料がわり」謝

「太白胡麻油」をテーマに1人2品ずつ披露した計14品の料理解説品を試食し、それぞれの料理解説されていなかった太白胡麻油のメされていなかった太白胡麻油のメた。まず7人の料理人が抱いていた。まず7人の料理人が抱いていた。まず7人の料理人が抱いている、太白胡麻油に対する印象は次の通りです。

素材を浮き彫りにする太白胡麻油



#### スープ麺 光麺

福田篤志 金威[広東]

鶏脂と太白胡麻油でつくる、 香味が立ち、軽やかな鶏油。

材料(1人分) 太白胡麻油の鶏油(つく りやすい量)[長ネギの青い部分150g ショウガの皮25g 鶏脂(地鶏などの黄 色いもの) 2kg 太白胡麻油800 ml] 上 湯\*200ml 塩少量 三温糖少量 香港 麺80g \*10リットルの寸胴鍋に豚モモ 肉3kg、老鶏2羽(5kg)、金華ハム300 gと水をいっぱいに入れ、半日かけて炊く

● 鶏脂はぬるま湯で軽くもんでよごれを落 とし、ザルにあげて水分を切る。2中華 鍋に鶏油の全材料を入れて弱火にかけ、



日ほどおく。3層に 分離するので、一番 上の澄んだ油(太白 胡麻油の部分)を料 理用に、2層めの鶏 脂と太白胡麻油が



混ざっている油を蒸 し物などの下味用に、 一番下の部分はまか ないなどに使う。4 上湯を塩、三温糖で 調味してスープをつ くる。 6 器に 4 を注 ぎ、ゆでた麺を入れ る。太白胡麻油の鶏 油を適量たらす。

焦がさないように約

30分炊く。 60 クッ

キングペーパーで漉 し、容器に入れて2

太白胡麻油と鶏脂にじ っくり火を入れ、分離 するまでおく。シンプル な光麺がこの鶏油で奥 深い味わいの一品と化 す。塩味の海鮮炒めな どに欠かせない香味油 として常備している。



乳化力の強さを証明していま

#### 鮮魚の発酵ピクルス麻辣ソース

鮮魚泡菜麻辣

田村亮介 慈華[四川]

酸味、辛み、うまみにあふれる飲み干せる油のスープ。

材料(1人分) ソース(つくりやすい量) A[長ネギ10g エシャ ロット10g ショウガ7g ニンニク3g いり胡麻 白15g 朝天 唐辛子粉12g 四川花椒粉3g] 太白胡麻油180g B[醤油 60g 米酢45g 三温糖12g 塩2g 水60g] C[発酵ピク ルスの漬け汁 25g 発酵ピクルス5g サツマイモ春雨5g] A菜、太白胡麻油、塩各適量 ハタ系の魚60g

● Aの材料(香味野菜はみじん切り)をボウルに入れ、太白胡麻 油を200℃まで熱して注ぎ入れる。冷めたらBを加える。200℃

50g取り分け、C(発酵ピクルスはみじん 切り)と混ぜ合わせて沸騰させる。ザルに あげて具と煮汁に分ける。 3 A菜を太白 胡麻油で炒めて塩で味を調え、器に盛り つける。蒸した魚を盛りつけ、上に②の具 をのせ、煮汁をかける。





熱した太白胡麻油を香味野菜や香辛料に加 えて一気に煮立たせ、この麻辣オイルをベー スにソースをつくる。「他の油では重くなるの で、太白胡麻油でなければできない」(田村)

> そして加熱調理でも「鮮魚の発酵 ているのが「青柚子クラゲ」(川

ス麻辣ソー

·ス」(田村)

レに太白胡麻油でうまみをだし

囲

しやすい」ことです。

冷菜の和え

太白胡麻油の特徴のひとつは





#### 青柚子クラゲ 青柚子海蜇皮 川田智也 茶禅華 [四川]

茶禅華を代表する一品は、太白胡麻油で味が調う。

材料(2人分) 葱油醤 [長ネギ80g ショウガすりおろし8g 塩(マ ルドン) 6g 太白胡麻油60g 青柚子果汁20g] 青柚子の皮適量 クラゲ 24g 青柚子 2個

乳化

● 葱油醤をつくる。ボウルに長ネギのみじん切り、ショウガすりおろ し、塩を入れ、太白胡麻油を180℃に熱してかけ、よく混ぜる。青柚 子果汁を加え、氷水にあてて冷ます。ザルにあけて余分な油を切る。 ②①を氷水にあてながら、青柚子の皮をすりおろして加える。下準備 をしたクラゲを加え、味をみながら手で和える。3青柚子の上部を

切って中をくりぬき、柚子釜をつくる。ここに②を詰める。



という評価が多く、太白胡麻油の まろやかなうまみを引きだしなが 漬け卵と生姜の うまみを素材にプラス」「冷菜で さらりとしているのに、 油がさらりとしたままで、 わりつくコーティング力があ [を瞬時に他の材料と乳化させ、 それぞれ高温に熱した太白胡麻 適度な濃度をつけています。 [脂感はあるのにくどくない\_ 炒め 素麺」(小 素材にま IJ 澤

|度帯を問わず、乳化状態が [油でした] ÎII 囲

それを解決してくれたのが太白胡 で使う大豆白絞油や落花生油では いしさが押さえ込まれてしまう いを 本土と違う素材と技法の狭間 感じた時期もあ

# とろみづけの片栗粉に代わる



#### 冷製麻油鶏 麻油鶏 謝天傑 天天厨房[台湾]

濃口ごま油と漢方素材のスープで鶏を煮た、台湾を代表する一 品を冷菜として再構築。決め手は太白胡麻油でつくる生姜オイ ル。腐乳タレも太白胡麻油と乳化させてまろやかに仕上げる。

材料(4人分) 鶏骨つきモモ肉1 本(500g) 塩適量 A[水300 ml 米酒100ml 塩12g(水と酒 の3%量) みりん20g 甘草2.5 センキュウ2g トウキ1g 陳 皮1.5g オウギ3.5g] タケノコ 水煮60g 生姜オイル[乾燥ショ ウガ25g ショウガ(高知産)25g 米酒10g 太白胡麻油100g] 腐乳タレ[台湾醤油50g 砂糖 5g ニンニク3g プリッキーヌ唐 辛子3g 白腐乳50g 太白胡麻 油150g] クコの実\*適量 \*煮 切った米酒にクコの実を清けても どす

● 鶏骨つきモモ肉を重量の1%量の塩でもみ込み、30分おく。 ② お 湯を沸かし、①を30秒ゆで、氷水にとって表面のよごれと毛を取る。 ❸鍋にAを入れて火にかけ、沸騰したらフタをして弱火で3分煮だして 漢方煮汁をつくる。クッキングペーパーで漉す。 4 真空パック用袋に②、 ③を入れ、80℃のスチームコンベクションオーブンで約50分加熱する。 ⑤ ④が熱いうちに鶏肉の骨をはずして開き、切ったタケノコを巻く。冷 蔵庫で冷やす。 6 生姜オイルをつくる。 乾燥ショウガ、ショウガを米酒 に漬けて乾燥ショウガをもどし、太白胡麻油とともにボウルに入れる。 130℃のスチームコンベクションオーブンで3時間加熱し、冷ましてか ら漉す。 7 腐乳タレをつくる。台湾醤油、砂糖、ニンニクのみじん切り、 プリッキーヌ (種を取って軽く流水で洗って辛さをやわらげる) のみじん 切りを混ぜ、冷蔵庫で30分味をなじませる。クッキングペーパーで漉す。 8 白腐乳と太白胡麻油をハンドミキサーで乳化させる。 9 ⑦と⑧を同 割でハンドミキサーにかけて乳化させる。 ①⑤を厚さ5mmに切って盛り つけ、⑥をたっぷり注ぎ、クコの実を添える。⑨を添えて供する。





えた素養があるのです。

ーともに油脂の固定概念を超

に貢献しているということ。油脂

な

がら、

味

、香り、

テクス

太白胡麻油は中国料理の進化

品の料理が教えてくれること

つあることを発見したのは、 で料理を仕上げる技法が定着し

か片栗粉のかわりに太白胡麻油

勉強会の大きな収穫でし

#### 発酵新生姜と豚肉の細切り炒め 泡仔姜肉絲

小山内耕也 蓮香 [四川]

片栗粉を使わずに炒め物をまとめるために、太白胡麻油の化粧油でフィニッシュ。 美しくツヤがでて、油っぽくもならず、泡仔姜など具の味がしっかりとでる。

材料(1皿分) 豚モモ肉80g A[醤油4g 酒10g コショウ少々 卵½個] B[片栗粉5g 太白胡麻油 適量] セロリ100g 泡仔姜\*70g コショウ適量 泡仔姜の塩水5g 生赤唐辛子1本 青ネギ適量 太 白胡麻油 30g \*新ショウガ1kgを厚さ3mmの薄切りに し、塩もみしてボウルに入れ、重石をして3時間おく。水 を切ってガラス瓶に入れ、8%塩水をヒタヒタに入れ、フ タをして3ヵ月漬ける

● それぞれの材料を細切りにする。

②豚肉はAで下味をつけてBでもみ 込み、油通しする。 3中華鍋をよく熱し、②、セロリ、泡 仔姜を入れて強火で炒める。コショウ、泡仔姜の塩水を 入れて味を調え、生赤唐辛子、青ネギを加える。 4太白 胡麻油を約140℃に熱し、③の鍋肌から注ぎ入れて化

化粧油の太白胡麻油は、140℃に熱 してから加える。すでに温度が高いの



それでごはんのおかずとしては ろみをつけていましたが、それは わなかったことです。

昭和の中華の多くは片栗粉でと

げのとろみづけの片栗粉を誰も使

粧油とする。全体をよくなじませる。



で、数回鍋を振るだけで鍋の中の水 分と乳化しツヤやかに仕上がる。

油たっぷりにも関わらず、

さらり

は太白胡麻油を乳化させたもので

麻辣ソース」でつくったソース

乳化で具をまとめます。 たてます。 香辛料の香りも立ち、 くどさがありません。 ツヤやかに炒めあげました。やは 太白胡麻油を化粧油として加え、 色がきれ として、 、片栗粉は使わず、 ]の細切り炒め」の最後に熱した 小山内さんは「発酵新生姜と豚 スープのように飲ん いに発色し、 太白胡麻油の 香味野菜や 食欲をか 唐辛子の いつの間 でも 赤

ていません」 ちでは片栗粉は今はほとんど使 いしいけれど、 田 ワインとも合わせにくいし、 村さんが「鮮 田 味が平坦になりま 村 魚の発酵ピクル

たことがありました。それは仕上 今回の14品で偶然にも共通して

17



#### マーラーカオ 太白馬来糕

#### 梁慶彰 慶 [広東]

生地全体が軽くふんわり、さ っぱりと、上品に焼きあがる。

材料(約3台分) 全卵6個 砂糖 480g エバミルク165g 薄力粉240g 強力粉 60g ベーキングパウダー 20g カスタードパウダー 20g 重曹6g 太白胡麻油270g

**1**全卵と砂糖、エバミルクを混ぜ、合わせてふるった 粉類を加えて混ぜ、漉す。 2 ラップをかけて常温で6 ~12時間おく。 3生地が膨らんだら、太白胡麻油を 加えてよく混ぜる。 4 直径15cm丸型に薄く油(分量外) をぬって紙を敷き、③を500gずつを目安に流し入れる。 5蒸し器で約1時間蒸す。



#### 塩漬け卵と生姜の炒め素麺 咸蛋炒素麵

小澤善文 Turandot 臥龍居 [上海]

シンプルな一品。太白胡麻油の乳化の うまみがショウガと塩の味を支える。

材料(2人分) 太白胡麻油大さじ3 ショウ ガ30g 米酒大さじ1 スープ100ml 三輪 素麺150g アヒルの塩漬け卵4個

●鍋にAの太白胡麻油と細切りにしたショウガ を入れ、ゆっくりと熱して香りをだす。 2素麺を 2分20秒ゆでる。 3①に米酒、スープを加えて

乳化させ、②の湯 を切って入れて炒 める。 4 熱した 土鍋に③を盛り つけ、塩漬け卵の 黄身を裏漉しして ふりかける。

乳化の

うまみ







深夜 11 時過ぎに集合。厨房で1品ずつ調理しては即試食のくり返しで14品。 アシストしてくれた慈華のスタッフのみなさんありがとうございました!

ショウガと太白胡麻油をゆっくりと熱して 香りを十分に引きだし、ここに水分を加え て乳化させる。まろやかなうまみがでて、 かつショウガの香りも爽やかに立つ。素麺 にこのうまみを吸わせて炒めあげる。





#### レシピはウェブ版へ

茶油麺線 川田智也 茶禅華



海老カニ網春巻 梁慶彰 慶

#### 鰻の煎り焼き

山椒赤酢ご飯 小澤善文 Turandot臥龍居





蒜香伴黄爪 小山内耕也 蓮香

エビチリ!? 田村亮介 慈華

7人がつくる太白胡麻油を生かした料理は、ウェブ版にもレシピがあります





酔肥牛 福田篤志 金威

ウニビーフン 謝天傑 天天厨房



# 第4回·「太白胡麻油·特別篇」

清壽

東京都中央区築地3-16-9 アーバンメイツビル B1F ☎ 03-3546-2622

**CHIUnE** 2024年に3月に 東京千代田区で移転開業予定

今号の「進化する太白胡麻油」特集に合わせ、マルホン天ぷら研鑽会も太白胡麻油 にクローズアップし、二本の対談を組みました。ひとつめは天ぷらとフランス料理の 異色の組み合わせで、清壽の清水良晃さんとCHIUnE(チウネ)の古田諭史さんが 太白胡麻油と綿実油で揚げた天ぷらを比較します。もうひとつは、天ぷら浅沼の浅 沼努武さんとてんぷら前平の前平智一さんが、太白胡麻油100%と焙煎の太香胡麻 油淡をブレンドした揚げ油のそれぞれのよさを語りました。

#### 今日は15年以上ぶりですね。 えないほど違いますので。 と綿実油では、同じ天ぷらとは思 てからは太白胡麻油一本ですから 練習をしてました。この店を開い ってしまいますが、太白胡麻油 油太 実は私は修業時代にお金 綿実油で天ぷらを揚げる 胡 油 は、 先に

テーマ・1

#### 「太白胡麻油と 綿実油を比較する」

揚げ手:清水良晃(清壽) 食べ手:古田諭史 (CHIUnE)

ことがとても楽しみです。 ような差があるのか、それを知る 自分が大好きな清水さんの天ぷら トで通わせてもらっていますが 綿実油で揚げた天ぷらにどの 僕は清壽さんにはプライベ

油の違いがわかりやすい素

太白胡麻油は素材プラスア

韻の長さが生まれるのをすごく感 うまいところを、 をまとっているようです。 んでくれるというか。一体感と余 というか、 うまみのある薄い羽衣 油の豊かさで包

。素材の



1974年、神奈川生ま れ。名店として知られ た東京・赤坂「楽亭」で 故石倉楫士氏に師事し、 10年修業。2008年に

がよくて軽く、うまみがあ 淡麗旨口 古田 きます。では順々に揚げます。 食べると、 天ぷらとして揚げて、塩と一緒に 油の特徴はつかみどころがない。 と、たとえ天ぷら職人でも正直、 ょう。ちなみに油だけで試飲する 新レンコンの順に、 材を選びました。 油、次に綿実油で揚げて比べまし レンコンともに甘みがある 太白胡麻油で揚げた海老 油の輪郭が一気にでて



綿実油 太白胡麻油

太白胡麻油、綿実油をそれぞれ100% で揚げて比較。素材は車海老(サイズ や形状をそろえるため養殖を使用。35 ~40g)、アオリイカ、新レンコンの3種。

海老、アオリイカ まず太白胡麻 水 「清壽」を独立開業。 古田 のかと感じました。 ると、こんなにあっさりしちゃう ゆる油物のにおい。海老はもとも おいはけっこう強いですね。 綿実油で揚げます。 白胡麻油とは違う。綿実油で揚げ と甘みが強いので差がわかりにく い気がしますが、でも明らかに太

ファになる調味料です

鍋から上がってくる油の

いわ

太白胡麻油で揚げたイカは余韻が 甘みやうまみの余韻の出方が、 でうまみに導いてくれます。 最大限引きだし、 ばレンコンは太白胡麻油が甘みを う一番の理由は「味つけ」。 たとえ こんなに味がしなくなるのかと思 清水 そうなんです。 実油では半分以下になりますね。 いうのは綿実油にはない。 いませんか。私が太白胡麻油を使 れだけ違いがでます。 イカもわかりやすいですね。 アクを包み込ん 油の力でこ 比べると、



綿実油

太白胡麻油

油の色や粘性などはほぼ差がない。ただし綿実油は熱しはじめた段階 からかなり強い油のにおいが立つ。食後に唇に油が残り、若干油っぽ

#### 清水良晃の 天ぷら

潔く、江戸前の流儀を 守り継ぐ

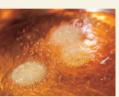
揚げ油/太白胡麻油

衣/薄力粉は常温、水、全卵ともに 冷蔵庫で冷やす。生粉はまめにふる い、卵水に加える時もふるい入れ、 ボウルの中で濃度差がでるように粉 箸で混ぜ、素材によって衣をつける 位置を使い分ける。「生粉をつけた 素材をくぐらせた時に、衣が完成す るイメージ」



の





素材は切りたて、むきたてを良しとする。ほぼ全素材に生粉をまぶして即座に衣をつけ、素 早く油に投じる。この一連の流れが少しでも滞ると、素材の表面の水分や衣の水分で生粉 をつけた素材のコンディションが落ちるため、目にもとまらぬほどの手早さ。生粉はそのつ どふるい、まんべんなく、かつほぼみえないほどごく薄くつける。「生粉が私の衣の肝です」

> の味はでてこない。 揚がってはいるけれど、

竹

本

殺風景な天ぷらというか。

それ以上

実油

油なの う思いました。 料理の完成には至っていない、 材や衣の 物足りなさを感じるというか、 ての完成に近づけるのは太白胡麻 プラス要素を感じて、 素材に対して、 かと。 一体感がないというか、 綿実油は比較すると 油の 味 天ぷらとし ゎ いと いう そ 素

清水 いスパンで複数の油を試して、 この店を開業する前も、 胡麻油で味つけしているようなも 軽さと油切れのよさ、 ンコンのように繊細な素材は太白 に通じるうまみ。 てくださいますが、 お客様も「素材がいいね」とほ [はストレートですね。 なんですよ 太白胡麻油は淡麗旨口、 (笑)。 とくにイカや 実はいいの 旨口は甘み 修業時代も かなり 淡麗 ば



今回の比較では、太白胡麻油と綿実油の大きな差 を認識。太白胡麻油のうまみは素材の味を引っ張 りだし、余韻が長くなることが明らかだった。

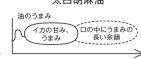
なる、包容力のあるうまみとや 太白胡麻油を使うのは間違ってな 今日の比較を体験できて、自分が はすべて太白胡麻油を使います。 は仕上げの香りづけ用で、 ている油脂は、 しい香りが、 いとわかりました。 ブオイルだけ。 やっぱりいいです。 太白胡麻油とオリ オリーブオイル 素材と一体に 調理に





太白胡麻油





専務

清水

イカの天ぷらをみると、衣の硬さなどの質感や、色合いには違いはな い。味には明らかな差があり、太白胡麻油で揚げたイカは甘みが増し て、繊細な味わいなのに、うまみの余韻は長い。一方、綿実油で揚げ たものはイカの繊細さが抜け落ち、雑味がでるような印象を受けた。

竹本

けど、 うまい いう感じ。 で揚げたもの 食べてるな、 太白胡麻油で揚げたほうがやっぱ って お いし なぜか天ぷらという感じが いるんです。 なってなる。 いですよね。 素材の 海老うまいな、 は 単なる揚げ物と 味はよくわ でも、 衣にうまみが あぁ天ぷら 綿実油 衣も かる

にも召しあがっていただきました というかが、油の味ですよ。 ずっと口の中に残っていたのに。 (竹本油脂 その甘さというか、うまみ 手前味噌になりますけど、 かがですか? (株) 竹本信二郎 竹本 たの けど。 古田 がうま

れているか否かってありますよね。 タがよくても、 ない。天種によっては、 ば 今 L١ お寿司みたいだなと。 の専務 胡 寿司として完成さ のコメント 油 材 0)

ネ

古田

僕はフレンチですが

6 油

職人にとってありがたい 衣だけで表現する料理ですか

です。

うまみ

0)

羽

衣

を包んでくれ

「古田

場合もあるかもしれない そちら

-で思っ 以上、油の味にブレもなくコンデ 本油脂の太白胡麻油に勝る油は ィションが いという結論に至りました。15 () () 天ぷらは素材と

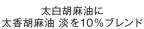


古田諭史

1984年、岐阜生まれ。 父は銀座 [Furuta] の 古田等氏。2009年に 岐阜市内に「Satoshi. F」を開業し、2016年 「CHIUnE」として東京・ 東銀座に移転、2021 年に広尾に移転。現在、 移転準備中。

20 ごま油の四季







太白胡麻油

揚げた衣の色は、やはり太香胡麻油 淡を入れたほうが若干茶色みを帯びる(ズ ッキーニの衣で比較)。この色の差と比例するように、香りもほんのりと香ば しさを感じ、うまみがある。

割入れ、 店から半年は太香胡麻油 100%にしました。 僕は太白胡麻油3

ます。 胃もたれした、 らです。当店のインスタのコメン られているかが大事だと思ってい 他店の口コミも分析すると それは、食べ疲れな 食べるのがきつか い天ぷ

太白胡麻油100%に変えること

浅沼努武

を開店。

1994年、山形生まれ。

「銀座 天一」に入社し、

帝国ホテル店、日本橋 髙島屋店で9年修業。

2022年9月に「浅沼 |

煎ごま油とミックスするの 今年からは太白胡麻 淡 を 1 か。 開

は絶対ですが、 江戸前天ぷらをうたうためごま油 胡 太白胡麻油か、 太香胡 焙 夫で両方

淡

のよさを

生かす「浅沼

浅沼 味もあると思うけどな。 麻油だけではだしきれない素材の 対太香胡麻油

が、まさにキスの天ぷらって感じ

がしてうまいですね。キスはとて

香胡麻油

淡をミックスしたほう

前平さんのおっしゃる通りで、

太

確かに久々に食べてみると

浅沼

まだ店をもって一年なので

今は急ぎ自分の天ぷらを探究中で

油のセレクトもそのひとつで

客様も多く、この客層に何が求め うちは若い世代や女性のお 淡1だけど、太白胡

テーマ・2 「太白胡麻油100%か、 焙煎ごま油を合わせるか」

揚げ手:浅沼努武(天ぷら浅沼) 食べ手:前平智一(てんぷら前平)





太香胡麻油 淡

いすぎて物足りない感じ。 るから。太白胡麻油だけだとき



太白胡麻油

ミックスしたほうが絶対にうまい

素材自体の味が断然上が

スやマイタケは太香胡麻油

淡を

くれたけど、正直いうと、僕はキ 胡麻油と太香胡麻油 淡で揚げて ナス、ズッキーニをそれぞれ太白 油に切りかえました。

今日はキス、帆立、マイタケ

私は香りが気にならない太白胡麻

揚げ油のにおいは紙一重。だから

太白胡麻油100%の揚げ油と、 太白胡麻油に10%量の太香胡 麻油 淡を加えた揚げ油で、天ぷ らを揚げて比較。太香胡麻油 淡は太香胡麻油の焙煎度合を 浅くした業務用製品。キス、帆立、 マイタケ、ナス、ズッキーニを揚 げて比較した。

胡麻油 油を変えてコースを組めば、 淡を入れたほうがいいんじゃな の相性も抜群によくなります。 るかもしれないですね。 ステップ上のコースとして仕上が とに分かれてくる。序盤と後半で 油100%でおいしい食材、 浅沼 こうして食べ比べると、 ま油を入れたほうがうまいはず。 素材感が増す。他にシイタケ、ハ りを足すことによって、天つゆと も上品なので、太香胡麻油 淡の香 っくりと腑に落ちます。太白胡麻 マグリ、 香りもだけど、キス自体の 実は僕も最近は、途中から キスだけでも太香胡麻 淡を混ぜておいしい食材 海老の脚あたりも焙煎ご 、太香 ワン

おいしさにつながる香ばしさと そうですし、 いっているんです。衣の香りも たという人は、 店内の香りもです。 だいたい香り







気泡がふわふわした衣なので、180~185℃の高めの温度の油に入れると、瞬時に 余分な衣が散り、素材の表面に残った衣は固まる。素材を投入したらすぐに火をとめ て揚げ、最後にもう一度温度を上げて油切れをよくする。



食べ飽きないよう、コースのはじめに「い ろいろな調味料を用意していますので、 お好みで」と説明。たとえば帆立の天ぷ らは半分をそのまま供し、あと半分は海 苔にのせて黒七味をふり、卓上の自家製 うまみ醤油をたらして食べてもらう。他 にも2種の塩、鰹ダシのうまみをきかせ た天つゆなどを用意し、"味変"を凝らす。



長く揚げると衣に色がつき、部分的に食 感も硬くなるので、これらは余分な衣と して包丁で切り落としてから供する。「食 べる時に邪魔だし、香ばしすぎて食材本 来の味をこわしかねないから」。このよう な細かい仕事により、食後感が重くなら ないように配慮する。

#### 浅沼努武の天ぷら

ふわふわの気泡がカギとなる衣を高温で揚げる。 五感に訴える衣をめざす

揚げ油/太白胡麻油

衣/ステンレスボウルに冷蔵庫で冷やしておいた卵1個、氷水400mlを入れて泡立 て器で手早くかき立て、最後は気泡を均一に整える。気泡はふわふわ。ここにマイ ナス40℃の薄力粉 (スーパーバイオレット)を500ml入れ、上の気泡部分だけを混 ぜる。使用するのはこの気泡部分の衣のみ(下の液体部分の衣は使用しない)。素 材3品くらいで気泡がなくなり次第、新しい衣をつくり直す。



淡があってこそ光る

絶対

軽さをだし、

後半は太白胡麻油

油を変えるコースの流れ(一案)

【前半】 太白胡麻油 + 太香胡麻油 淡のブレンド

ハトシ(海老のすりみサンド) 車海老 マイタケ キス

【中盤】 太白胡麻油を少し足す ナス ハマグリ

【後半】 太白胡麻油100%

インゲンのかき揚げ ズッキーニ スナップエンドウ 太刀魚 帆立 トウモロコシ 穴子

天ぷら浅沼 東京都中央区日本橋 2-10-11 ordin 日本橋ビル 6F ☎ 03-4400-5977

てんぷら前平 東京都港区麻布十番2-8-16 ISIビル4F

**2** 03-6435-1996

ごくい 浅沼 はやっぱりいいです。 二など香りを必要としない素材を タイミングで鱧。そして後半はウ った具合です。 太白胡麻油100%で揚げるとい 材から入る。 いるとは知りませんでした。 の きれいな状態の太香胡麻油 、香りは抜けてくるから、この 前平さんが油を途中で変え い話を聞かせてもらいまし ただしコー 淡 す

> 前平 ずつ増えてきて、 ん成長できるよね。 にチャレンジ精神がある。 若い世代の天ぷら店が少し 浅沼さんのよう どんど

るファンをつくりやすい。だから早 お店のスタイルについてきてくれ く自分の天ぷらを確立したいです。 天ぷらは店数も少な

スずっとではくどさを感じるお客

前平智一

使っているとごま

0

%で季節の

素材をお楽しみ

と思います。

明日からすぐに変え

ただけるようにコースを組もう

1971年、埼玉生まれ。 「天政」で8年半修業後、 山の上ホテルに入社し 「てんぷら山の上」で20 年研鑽を積む。2017 年に「前平」を開店。

もらいつつ、あっさりしてやさし ンパクトを。ごまの香りは感じて おいしさを感じてほしい素材でイ があります。今(7月)だとスタ 1で揚げたアオリイカで、 トが太白胡麻油3対太香胡麻油 、最初に

> その後に太白胡麻油を少し足して 油と太香胡麻油 さいとお客様に伝えて、太白胡麻 半は江戸前の香りを楽しんでくだ いらっしゃるだろうから… 淡のミックスで。

22 ごま油の四季



#### Simples 井上靖彦

1977年、大分生まれ。「KI HACHI」を経て、24歳からベルギー、フランス、イタリアで6年修業。2014年に「シンプルズ」を独立開業、2023年5月に現店舗に移転。



#### 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、1995 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・焼津では魚屋「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」「なかむら」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として全国から注目を集めています。漁師、魚屋、料理人が、魚を大事にバトンリレーしながら生みだす世界

をシリーズ連載でお届けします。



過去の回はウェブ版へ

静岡·駿河前

ガストロノミー

研鑽会



ಕೂ3 Simples



开上シェブは大分から天人の出身地の静岡に移住し、一からレストフンを開業。地元で魚の仕入れ先を探すうち、前田さんと知りあえたのが8年前のこと。今年5月には満を持して静岡市内の丸子に移転し、広々としたオープンキッチンのレストランをオープンした。

# スマの生ステーキ

シンプルズのシグネチャーの一品はもち旨鰹の生ステーキ。1万本に1尾ほどの確率でしかあがらないもち旨鰹はレア中のレアだが、この日にあがったスマもサプライズ級の稀少な魚。生のまま大きめのステーキカットに切りだし、醤油少量をまぶすだけで盛りつけ、塩をきかせてゆでた枝豆をのせ、緑のソースをかける。刺身の一皿ではあるが、ナイフとフォークで厚い身を切り分けて食べるスタイルは同店ならでは。

きく井上に託しました。

イノベーティブで料理の自由

#### 前田尚毅の魚の仕立て

A・B 船上で漁師がすぐに神 経締めし、エラから脱血した 後、氷水で冷やした状態で焼 津漁港にあがったスマ。港で 前田さんの冷やしをほどこし、 店に運ばれる。

C 前田さんはいわば氷の魔術師。冷やしに使う氷は常に進化しているが、7月にかき氷からヒントを得て製氷を大きく変えた。「海洋深層水をマイナス60℃の冷凍庫で3日かけて凍結させると、1日たっても溶けきらないほど強固に凍結する。この凍結が肝心」という話にメンバーが聞き入る。

D 鰹やスマはとくに身をてい ねいに扱うため、前田さん自ら がおろす。「頭を落とした時に、 若干の酸の香りがした。酸が でるというのは、神経締めを した時に暴れたからだと思う











E 節に分けた後、ショーケースに入れて冷気に10分ほど当てると、身が酸化してピンクに色が澄みだす。冷やした魚を「開かせる」工程のひとつ。

#### 井上靖彦が料理する









A シンプルズに届いた、美しく発色したスマの節。

B~D 葉ネギ、ショウガ、ミントにブレンダーが回る量の太白胡麻油を入れてペースト状にしてから、100℃まで加熱し、色止めのために急冷して緑のソースをつくる。加熱するとグリーンが鮮やかに発色し、香りが浮き立ち、味わいが丸くなる。

りを移しました。小魚のフリットのソ 胡麻油にそれぞれハーブや山椒の香 リエンタル、和食…どんな料理でも展 井上 イタリア、フランス、 が強いだけでなく、焙煎によるごまの 編集部 圧搾純正胡麻油 濃口は香 は圧搾純正胡麻油 ースと、ウッカリカサゴ 開できます。スマとアジの料理は太白 に合わせるのは勇気がいりそうです。 た。一番香りの強いごま油です。 杳ばしさも感じるので、前田さんの魚 ストにまとわせると力強さが イだから、 リッチですよね。香りが甘くナ 魚のこんがりとした 濃口を合わせ 0 ローストに 中華、 ほし オ

前田 僕自身がごま油にけっこうハなと。はじめは繊細な魚を生かせるのなと。はじめは繊細な魚を生かせるのなと。はじめは繊細な魚を生かせるのなと。はじめは繊細な魚を生かせるのた。考えてみれば、「成生」の天ぷらのた。考えてみれば、「成生」の天ぷらのた。考えてみれば、「成生」の天ぷらのた。考えてみれば、「成生」の天ぷらのた。考えてみれば、「成生」の天ぷらのと、魚には太白胡麻油と焙煎ごま油(業務用の太香胡麻油を焙煎ごま油にけっこうハ

魚のポテンシャルを引きだしました。生かしながら、前田さんが仕立てた上靖彦シェフが登場します。井上さ上靖彦シェフが登場します。井上さ上靖彦シェフが登場します。井上さ上靖彦シェフが登場します。井上さ無国籍料理をルーツとする、イノベー無国籍料理をがら、前田さんが仕立てたりに続き、イタリア料理や懐石「温石」に続き、イタリア料理や第1回は天ぷら「成生」、第2回は茶



油 濃口のソースでビジュアルも含めインパクト大。太白胡 セがある小魚を揚げると、前田さんが冷やしをほどこした 生まれ、印象深い皿になる。ソースの余韻もきわめて長い。



アジの料理は駿河前ガストロノミーのメンバーそれぞれの名刺がわりのようなものだが、今日のシンプルズは刺身のこの 一皿に山椒のフレーバーオイルを合わせた。前田さんが冷やして仕立てた青魚独特の香りや、噛むほどにあふれるアジ のうまみを、山椒のかすかな香りが膨らませてくれる。生のアジの味わいが浮き立つ。



縛りがないので、

小魚も扱いやす

A ヒメコダイやヒメジといった小 魚。おろした身に塩をして冷蔵庫に しばらく入れ、適度に脱水しながら 下味をつける。

B ソースは純ねり胡麻 黒ソフトパ ウチとイカスミ (活締めのアオリイ カのスミ) を混ぜ合わせ、圧搾純正 胡麻油 濃口を最後に加える。

C 鍋に太白胡麻油を入れて180℃ まで熱し、ハーブやスパイス (ロー ズマリー、タイム、フェンネルシード、 コリアンダーシード、花椒、朝天椒、 黒コショウ)をザルに入れてしばらく テンパリングして香味を油に移す。 このオイルを揚げ油として使う。

D フリットの衣もイカスミ入り。







A 泳がせのアジをサスエ前田魚店で活締めして脱血し、冷やしたもの。前日に焼津・小川港にあがったものを、1 日後に使うことを想定して冷やしをほどこしている。「県外の卸先にはこれと同じ冷やしで、1日後に届いた時にちょ うどいい状態になるようにしています。こうして食べてみると、今日はちょっと冷やしが甘かった、もっとアジの食感 を残せたはず」。前田さんは常に自分の魚の仕立ての確認を忘れない。

B 太白胡麻油と山椒の実、葉を真空パックにし、60℃のスチームコンベクションオーブンで30分加熱して山椒のフ レーバーオイルをつくる。

料理できるんです。

C 大きめに切りだしたアジに山椒オイルを軽くたらし、蒸したジャガイモ、マイクロリーフと盛りつける。

井上 うちは小魚はダシをとったり、 きると信じてやってきましたから。 がとれる料理に化けさせることがで、魚屋、料理人が手間をかければ、お金 世の中がサステナブルというずっと 前田 フリットにしたりします。ジャンル 前から、僕らはどんな雑魚でも漁師、 b つけないような小魚も入れました。 今回はあえて漁師さんが値

が、コースの中で他の料理との差別化 えると思います にもなるし、焙煎のごま油はとても使 麻油以外には手を出 こう いう機会がないと太白 しませんでし た 胡

泳がせの魚で料理が進化



魚の冷やしは徹底。発泡スチ ロール箱に氷を敷いた上に熱 伝導のいいステンレス製の板 を置いて平らな状態にし、水に 触れないようビニール袋に入れ た魚を置いて密封するのが井 上さんの保冷方法。仕入れ後、 車で30分かけて店まで運ぶ。

だけど、でも何か違う。組み合わせ 200種くらい。だからどんな魚が きだしを一番もっているといったの アイデアがいいな。 温度を上げて、 ルズが扱う魚種は一番多くて、 はそこで、食材を知っている。シンプ 油味じゃなくて、ごま油っぽくないん すくらいがい して飛ぶので、 こりゃうめえや、 むしろ焼きの油は香り 少したらして香りをだ 仕上げにフライパンの メンバーの中で引 お見事。 が 年間 揮



ウッカリカサゴは油との相性が抜群。身への火入れはやさしく、表面には圧搾純正胡麻油 濃口の香味をしっかりのせる。 ハバネロの辛みがきいたオクラとトマトのソースの上にウッカリカサゴを盛りつけ、軽く塩をふる。ソースにはとろみがあ るため辛みが口に残り、ごま油がさっぱりと切れる。



小魚のフリットは、イカスミと黒ねり胡麻、圧搾純正胡麻 麻油でスパイシーな辛みがある揚げ油をつくり、それでク 保水性の高いふわふわの身と、表面の衣にコントラストが







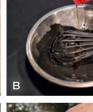
A 前日の朝に小川港にあがったウ ッカリカサゴ(分類上はカサゴでは ないが、学者でさえその違いに気づ かなかったことからウッカリの呼び名 がある)を港で活締めし、冷やしたも の。1日たってもこの鮮度のいい粘膜。 B ソースはオクラとトマト、魚のダ シを煮詰め、ハバネロペーストで辛 みをつける。

C·D フライパンに圧搾純正胡麻 油 濃口を入れ、切り身を全体がほ んのりと温度が上がる程度まで焼 き、途中でニンニクを薄皮ごと入れ、 ごま油と焼き汁をからませるように ロースト。ごま油の香りはほぼ揮発 するため、焼きあがりに圧搾純正胡 麻油 濃口を軽くたらしてまとわせる。

てから、

てから、基本的な火入れがまっ一が基本ですから。泳がせの魚に







まったわけだけど、

お願いして泳が

にとってはいらない小魚が釣れてし

かったヒメコダイやヒメジ。

漁師さん

には甘鯛

る)で港にあげてもらい、

即座に氷水

の水槽で活かしたまま水揚げす



#### Simples

静岡市駿河区丸子3262-1 ☎054-330-8289 817:30~もしくは19:00 ~ **⑤**火 https://www.simples. world/ 完全予約制

#### 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、 水 https://sasue-maeda.com/

維感の 経験を積み重 きていません。前田さんとともに日 たく変わったよな。 ーフェクトに料理したいです。 正直いうと、まだ生かしきって表現で 海からそのまま来たような繊 ある身質や香りなんです 泳がせの魚 ※をパ が、

に先に進んでて、 た小魚とは思えないほど、うまみがあ に入れて冷やします。 ちょっと前までは値もつかなか 身がしっとりと保水してます。 うちらの場合は活締めのさら 前田さんが冷やしをした小 昨年11月からは 泳

絞って料理するのが、海の近くでレ さんがとってきてくれた魚を知恵を トランを営む料理人の特権です。 強みです。魚は海次第、 の漁師 の釣りに その日漁

# 毎日食べたい、 やみつきごはん

#### 笠原将弘 替否両論

愛用歴は20年以上、笠原さんの日常使いの油は太白 胡麻油です。うまみを生かしてサラダや和え物に、焼く、 炒めるなどの加熱調理にと万能使い。ツヤツヤ、ジュー シー、コクたっぷりのおいしい料理をつくります。



#### 鶏モモとキノコの太白焼き

(太白を乳化させた) うまみソース

材料:2人分 シイタケ 2枚 エノキ茸 ½パック マイタケ ½パック 大根 100g 鶏モモ肉 1枚(約300g) 塩 適量 太白胡麻油 大さじ2 酒 大さじ1 黒コショウ 少々 スダチ ½個

- シイタケは軸を取り、傘に細かく切り目 を入れる。エノキ茸、マイタケは手でざっく りとほぐす。
- 2 大根はすりおろして水気を切る。
- 3 鶏肉は余分な脂肪や筋などを取りのぞ き、身側に塩をふる。
- 4 フライパンに太白胡麻油大さじ1を入れ て中火にかける。③を皮目から入れ、時々 スパチュラで押さえつけながら、皮がパリ ッとして焼き目がつくまで焼く。裏返して 弱火にし、身側はさっと焼く。取りだして やすませ、余熱で中まで火を通す。
- ⑤ フライパンに太白胡麻油大さじ1を足 し、①のキノコを焼いて塩をふり、火をと めて取りだす。
- ⑥ ⑤のフライパンが熱いうちに酒を入れ、 フライパンをゆすって油と乳化させる。酒 を加える時にハネやすいので注意を。
- 7 ④の鶏肉を一口大に切り、⑤のキノコと ともに盛りつける。⑥をかけ、黒コショウ をふる。②の大根おろし、スダチを添える。

#### 揚げゴボウと春菊の塩昆布サラダ

材料:3人分 ゴボウ 80g(¼本) 太白胡麻油 適量 塩 少々 春菊 1/3束 万能ネギ 5本 塩昆布 10g 「太白胡麻油 大さじ2 A 酢 大さじ1 しみりん 小さじ1

- ゴボウはささがきにし、さっと水で洗 い、水気をしっかりふき取る。
- ② フライパンに太白胡麻油を2cmくらい 入れて180℃に熱し、①を入れてカリッ と素揚げにする。ペーパータオルに取り だし、塩をふる。
- 3 春菊は葉をつんで水にさらしてシャキ ッとさせ、水気を切る。
- 4 万能ネギは長さ5cmに切る。
- ⑤②、③、④、塩昆布をAでさっと和える。



#### 賛否両論 恵比寿本店

東京都渋谷区恵比寿2-14-4 ☎03-3440-5572

#### 賛否両論 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。6月から YouTube チャンネル「笠原将弘の料理のほそ道」がスタート! 笠原さんのトークとともに、やみつきになるおいし いレシピをお届けしています。

https://www.youtube.com/@sanpiryoron

#### やみつきの一言 26

## 太白胡麻油に頼って良し! 料理が俄然うまくなる

#### 塩鯛茶漬け

材料: 1人分 鯛(刺身用) 80g 太塩の期 大さじ2 塩の葉 5本 「A」の 500ml 三つダ酒 300ml 大醤シ 大醤 少 塩 100 位 1

- 動は一口大のそぎ切りにする。太白胡麻油で和え、塩をふる。
- ② 三つ葉は茎を小口切りにする。
- 3 鍋にAを入れて温める。
- ⁴器にごはんを盛り、①の鯛をのせ、②の三つ葉、いり胡麻白、ワサビ、スダチを添え、③を注ぐ。





#### ナスとピーマンのみそしぎ

材料:4人分 ナス 4本 塩 少々 ピーマン 3個 「味噌 大さじ3 A A がまがいる 大さじ1 大さじ1 大さじ4 大さじ5 大さじ4 大さじ4 大さじ4 大さじ4 大さじ4 大さじ4 大さじ4 大さじ4 大さじ4 大さじ5 大さじ4 大さじ4 大さじ4 大さじ4 大さじ5 大さじ4 大さじ4 大さじ5 大さじ4 大さじ5 大さじ5 大さじ4 大さじ5 大さじ6 大さじ6 大さじ7 大さじ7 大さじ7 大さじ8 大さじ8 大さじ9 大きじ9 大きし9 大きり9 大

- ナスはヘタを切り落として皮をシマ状にむき、乱切りにする。塩をふって15分ほどおき、ペーパータオルで水気をふく。
- 2 ピーマンは半分に切り、ヘタと種を取り、乱切りにする。
- 3 Aを混ぜ合わせる。
- ④ フライパンに太白胡麻油を入れて中火にかけ、①のナスを炒める。油がなじんだら、②のピーマンを加えて炒め合わせる。
- 5 ナスが柔らかくなったら、砂糖をふり入れて炒める。
- ⑥ 仕上げに③を加えて煮からめ、一味唐辛子、いり胡麻白をふる。

#### ジャパン・フード・セレクションでごま油屋のラー油がグランプリを獲得



日本フードアナリスト協会が開催する日本初の食品・食材評価制度「ジャパン・フード・セレクション」にて、ごま油屋のラー油 150g が最高位のグランプリを受賞いたしました。ごま油メーカーならではのこだわり、焙煎感やうまみ、辛さのバランス、使いやすいボトル設計などが、プロのフードアナリストから高い評価を得ました。

#### GIFT BOX -

#### 天ぷら油 咲のギフトボックス新発売



4月に新発売となった「天ぷら油 咲」。まるで名店のようにおいしくサクッと揚がる、ごま油100%の天ぷら油です。今夏には多くのご要望にお応えし、ギフトや手土産用の箱入りも新登場。ボトルラベルの意匠に合わせ、箱の「咲」の文字部分には金箔を用い、高級感がただよいます。

#### r- MONDE SELECTION ---

#### モンドセレクション2023金賞受賞!

モンドセレクション2023が発表となり、今年もマルホン胡麻油は金賞を受賞しました。2010年の初出品以来、14年連続で栄えある金賞受賞となります。今年金賞を受賞したのは、太香胡麻油450g、圧搾純正胡麻油200g、圧搾純正胡麻油濃口200gの3品。太白胡麻油450g、ごま油屋のラー油150gも銀賞を受賞しました。マルホン胡麻油は創業以来変わらぬ圧搾製法へのこだわりをこれからも大切に守り、お客様に健康的でおいしいごま油をお届けします。









太香胡麻油 450g

搾純正胡麻》 200g

圧搾純正胡麻油 濃口 200g

#### -- NEW TAIHAKU --

#### 今秋新登場、洋食用太白胡麻油

これまでに多くの洋食分野のプロからリクエストをいただき、フレンチやイタリアンのイメージを取り入れたボトルラベルで「洋食用太白胡麻油」(業務用1650gPET)が10月上旬に新登場となります。素材のピュアな持ち味を引きだす太白胡麻油をソースやスープ、パスタなどにぜひお使いください。



◎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/

**100** 0120-77-1150

マルホン胡麻油

マルホン胡麻油 ホームページ



ショップも

ごま油の四季 WEB 版



あります バックナンバー

広報公式 Instagram



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



太白胡麻油は"太白味"にはならないんですよね。味がないのになぜ使う の? という人がいますが、味はないけれど、あるんですよ「アロマフレスカ・ 原田慎次〕太白胡麻油を加熱した時の、独特の甘く香ばしい香りが好きで す「慈華・田村亮介」太白胡麻油はシンプルなおいしさのパン生地に。10% の配合を目安にするのがおすすめです [コム・ン・大澤秀一] 日本らしい奥ゆか しい油です。鰹節と昆布のダシでいえば、昆布にあたるもの。清らかな水 のようなオイルです [茶禅華・川田智也] 太白胡麻油のいいところは、ヘルシ 一なこと。パンづくりに欠かせない材料として、僕はいいオイルを使って 健康的なパンをつくりたいと思っています「サ・マーシュ・西川功晃」料理にう まみをだしてくれるが、味も香りも突出しない。日本料理に使いやすいオ イル [賛否両論・笠原将弘] 太白胡麻油がなければ、うちの「生野菜」はこんな にうまくならなかった[スタミナ苑・豊島雅信] 揚げ油は太白胡麻油のみ。い い油だと、よく揚がる「てんぷら深町・深町正男」太白胡麻油で揚げる天ぷらは そば屋の花形です[東白庵かりべ・苅部政一] ヴィーガンのお菓子にとって万能 な油です「Dragon Michiko・山口道子」太白胡麻油は日本のオイルの中でナ ンバーワンのクオリティ。他の素材と重なった時に、その素材の風味を引 き立ててくれます[ナベノイズム・渡辺雄一郎]油脂は料理にからませると、コク や余韻につながり、素材の風味を際立たせる効果があります。本来、和食 はあまり油脂を使いませんが、上手に使える方法があると思っています 「瓢亭·髙橋義弘]「ベルーガキャビアの冷製ビーフン 太白胡麻油和え」は、油 の存在によってランクアップする料理[Furuta·古田等] うちが世界中のレス トランで一番太白胡麻油をたくさん使ってる「フロリレージュ・川手寛康」太白 アンバサダーです。太白胡麻油にホレ込んでクッキーを日夜つくってます! 「マールほおばるクッキー·市橋政和] 料理に添えてあったポテトチップス、あれ は太白胡麻油100%。油切れのよさが全然違う「モリエール・中道博」素材だ けよりも、素材の持ち味を引きだすのが太白胡麻油。万能です「八ヶ岳えさき・ 江﨑新太郎] 太白胡麻油で鶏スープを乳化させるのは、大発見。鶏だけでは だせない、すごいまろみとコクです[らぁ麺 飯田商店・飯田将太] 太白胡麻油 **大好きなんですよ! めっちゃ使ってます!!**[ラボンヌターブル・中村和成]

special thanks:太白胡麻油愛用のシェフたち (店名五十音順/「ごま油の四季」の誌面・取材から引用)