

セルピ工通信



第 8 4 号 2004年6月10日

発行所: ベーカーズ・ブレイン

<http://www.bakers-brain.com/>

本部 / 〒160 - 0023

東京都新宿区西新宿7 - 1 - 7 - 420

食文化交流振興会 内

E - MAIL sasamoto@bakers-brain.com

発行人: 笹本正男 毎月2回10日・25日発行 (無料)

いぶす・・・(1)

今回からはスモーカーを交えての話です・・・といっても「愛煙家」の話ではありません。人類が火を使い始めてから愛用してきた「いろり」の煙が虫を寄せつけないだけでなく、食物に染み込み、独特の風味と保存性にすぐれた食品になることに気がきました。いろりで暖をとる地方では、串刺しにされた魚、漢方薬に使われるヤモリや干し肉が上から吊るされ、その地方独特の「燻製」=「いぶし料理」が生まれました。

読んで字のごとく、煙で「いぶす」燻製食品は、煙の中に含まれるフェノール系化合物によって魚の生臭さや肉の臭みを消し、燻製された食物は含まれているタンパク質等と

反応し、時間の経過と共に独特の香りを醸し



スモークサーモン



生ハム

出します。また、燻製食品独特の赤みかかった褐色をスモークカラーと呼びますが、あの色は肉や魚に含まれるアミノ酸と燻煙中に含まれるカルボニル化合物が反応して起こるものだといわれています。

燻製食品の最大の特徴は、その保存性にあるわけですが、その秘密は燻製を作る過程で食材を食塩に漬け込むところにあります。ご存知のように食塩そのものには防腐作用はなく、塩漬けで得られる脱水効果で細菌の繁殖に必要な水分が取り除かれます。これは、乾燥することでも同様の効果が得られるわけですが、フェノール系化合物や有機酸、アルデヒド系化合物にも殺菌効果や酸化防止があり、これらの成分は燻煙時に食品の表面で結合しフィルム状のものを造り細菌の通過を抑える役目も果たしています。

こんな優れモノの作り方を、シリーズでご紹介いたします。

(ベーカーズ・ブレイン代表 笹本正男)

ベーカリー紀行～「おからクッキー」

ここ数年健康ブームが定着し、スターバックスなどのカフェで牛乳の代わりに豆乳が選択できたり、豆腐を使用したチーズケーキの専門店が店出したりするなど豆製品にも注目が集まり、スイーツにも多く見られるようになりました。パンにおいてもサンジェルマンの豆乳黄な粉パンほか、ボンパドウルでも同様の商品が発売されています。

先日、北千住の丸井(ナチュラルハウス)で売られている「おからクッキー」を購入。4パックで1割引きというキャンペーンを実施しており、販売員の女性が熱心に説明をしていました。そのセールストークの一部が「水分をとるとおなか膨らむのでダイエットに効果的です。驚くほど便通がよくなります。」この言葉に子供から年配までワサワサと集まり、競って試食。価格はサブ2枚入り(おから50%配合)豆乳クッキー(おから20%配合)ともに280円。ほかはおからの配合により400円前後と少々高め。食感は普通のクッキーのフワサク感と比べると固めで歯ごたえがあり、かわらせんべいの固さにクッキーのサク感を加えた食感。材料の硬さとともに、よくかむことで満腹感を満たし、ダイエットにも期待が持てる?

馬來屋台天国(7)～ 粿條湯

丸くて大きなべがひとつ、デンと中央に置かれ、その中で豚モツをぐつぐつと煮込んでいる。その手前の四角くて大きい箱には、魚のスリ身ボールが数種類と、魚の切り身、いか、かに、豚レバー、豆腐、油揚げ、卵焼、唐辛子、野菜類、水餃子などが並んでいる。「粿條湯(Koay Teow Tang)」というらしい(1文字目は「米」へんに「果」、屋台の人の発音がなんだか「こてっちゃん」と言っているようにも聞こえて、おもしろい。

食べたい具を7~8種類指差すと、屋台のおばちゃんが、それらをなべの中へ。しばらく経つと、ピンク色のお椀の中に、別の

味はムラサキ芋、かぼちゃ、ココア、プレーンなどで、形状もチップ状、板状など様々。カロリーはプレーンで340kcal、ココアで384kcal(100gあたり)、栄養価としては(マル)おやつとしては手軽に食べられます。

普段おからを食べることが少ない私でしたが、こんなおやつ感覚のものであれば手軽におからを食べることができGOODなのかもしれません。今度は豆腐チーズケーキや豆腐デザートにも挑戦したいと思います。

(食生活アドバイザー 関川みゆき)



スチームポットと呼ばれる鍋料理は元々潮州料理だという。粿條湯も潮州由来だろう。



中国東南部の沿海に位置する潮州地域は海産物が豊富なので魚介類を使った料理が多い。



「粿條」は、潮州の麺の意味。米から作られる幅広の麺で汁は関西風うどんに近いかも。

なべに入っていたスープを、きしめんのような形の「うどん」とともに入れた。そして、中央のなべに入っているモツを取り出して、なんとハサミで適度な大きさに切ってお椀に入れて出来上がり。あっさり風味で、これはイケる。(中小企業診断士 松沢裕之)

次号は、2004年6月25日頃発行の予定です。

情報交換 投稿はこちらから [カンタン! 投稿フォーム](#)

イタリアン・ピーチティーは何か?

「エッセーレ」というブランドをご存知ですか。イタリア最古のパールが今も現存する、北イタリア西端の古い街ベルガモ。エッセーレ社は、ベルガモの高級ホテル、レストラン、パール、ジェラテリアへこだわ

りの食材を提供している、家族経営の飲料メーカーです。

そんなエッセーレ社製の本格的フルーツフレーバーティーをご家庭でも味わってみたいと思いませんか。ピーチティー(テ・アラ・ペスカ)、レモンティー(テ・アラ・リモーネ)、アップルティー(テ・アラ・メラ)の3種類。レストランやパールで使われるプロ向け商材ゆえ、通常は市販されていませんが、このたびイタリア直輸入の業務用エッセーレ・フルーツフレーバーティーを、3種類入り特別セットで入手するチャンス!

こちらをご覧ください [セレクトショップ](#)

(編集部)