

季節にあうくらし向き

経験値がつくる。食の文化度

食べるものを美しいと感じたり楽しむことができるのは人間だけに与えられた能力で、これは文化ともいえます。食の文化度という言葉がありますが、これは経験値が大切です。白い雲の風景の中に平安神宮があるとします。平安神宮のそばに赤い紅葉があれば、秋の雲という印象が頭の中に入ります。それが文化なんだと思います。同じ雲、物体をみてもいろいろな環境で見る、感じることで、あの色は秋空とかあの形は秋の雲などの風情を体験し経験値となる。それが食に結びついていきます。そうすると日々使っている器やランチョンマットなど、秋だからこの色の陶器に、「真夏になると暑いから涼しさを演出する麻をテーブル」などに変わっていく。それは季節と自然の対比を経験として見ているからこそ生活の中のでてくるのだと思います。経験は、歴史的な建造物をまわったり、伝統芸能を楽しんだり、お茶やお花を活けるなどから身につけていきます。それは、歴史を学んでいるようなものだからですね。所作はもちろん風情などを集合体として経験を圧縮して勉強できると思いますか、本来であれば何百年かけても勉強できないことがあります。それを積み重ねて作りあげられたものが伝統文化。その伝統文化を経験することで自分だけの人生では気が付かないであろうことを五年や十年など短期間で勉強でき、もの見方が身につけてくる。時間軸を超えて得られる、すごい効果だと思います。

食材も季節感が大事で、お出汁は色の变化で季節を表します。夏場は着物と同じように薄い色がきれいですから、そばつゆも薄い色がとても合います。夏仕様は薄く、冬は濃い色に、そばの出汁だけで季節が感じられます。これも合理性があつて、塩分が必要な夏だから薄口に、タンパク源を必要な冬だから体を温める為に濃口になる。素材単体で見るとは、季節を反映させていくと自然に、料理自体も変化していきます。そういった暮らし向きが一番きれいだと思います。料理というのは視覚が七〇%以上を占めているとも言われています。見た目の印象によって食べたい、食べたくないを判断する為です。例えるなら、夏場につつりと肉がお皿に盛られているだけだと見た目からしんどいけれども、たつぷりの大根おろしときれいな色のわさびがお肉に添えてあつたら、それだけで美味しく感じられます。季節に応じた仕掛けは、とてもシンプルで大切なものだと思います。



**素材、お酒の
おいしさ活かす昆布**

素材のおいしさを活かすため、素材が引き立つ調味料や合わせ方をとても大事にしています。「細切り昆布」は口に入れるだけで味わいが直接広がるので、香りが広がりやすく固体に混ざりやすいという特徴があります。全体にぐつと混ざるものか、最後に熱いものにふりかけるものが合うので、家で簡単に作れるだし巻き卵にはうってつけ。いわゆる糸鰹を乗せるようなイメージです。また素材をそのまま楽しむ刺身にも合います。ワインとも合う刺身は、醤油でなく塩や山葵、「細切り昆布」を乗せる食べ方がおすすめです。醤油の味はワインを限定しますが、「細切り昆布」は素材に合うワインを選ぶことができ、お酒と合わせる楽しみも広がるでしょう。



熱いものに振りかけて
香り楽しむ

だしと細切り昆布が相まった
豊潤な香りが楽しめるだし巻き卵

暮らしの豆皿しらべ

**醤油？減塩醤油？
細切り昆布？**

和食は何かと醤油を使っています。お刺身やだし巻きなど、シンプルな料理には醤油の代わりに「細切り昆布」で素材の味を楽しんでみてはいかがでしょうか。天然素材のみを使用した「細切り昆布」の自然な旨みは素材そのものおいしさを引き立てます。

神宗店主

だし巻き卵 二〜三人前

卵 4個 / うす口醤油 10cc
昆布と鰹節の一番だし 160cc
大根おろし 適量 / 花穂 お好み
神宗の「細切り昆布」適量
だしあんかけ 塩・うす口醤油 少々
昆布と鰹節の一番だし 200cc
水溶き葛(葛小さじ2、水小さじ2)

卵をかき混ぜ、こしをきる。昆布と鰹節の一番だしを入れてよくかき混ぜる。数回に分けて巻き上げる。器に盛り、だしあんかけをかけ、大根おろし・花穂と「細切り昆布」をかける。

刺身盛り合わせ 二〜三人前

イカ・鯛・マグロ 適量
酢橘 適量
炒り胡麻 適量
温泉卵 お好み
塩・山葵・つま お好み
神宗の「細切り昆布」 お好み

お好みで切った各種刺身をお皿に盛り付ける。マグロの上にスプーンですくった温泉卵をのせる。塩、山葵、つまと一緒に「細切り昆布」を添える。

