

# ヘルシー外食フォーラム 2013 開催される



平成 25 年 11 月 7 日（木）大阪ガス御堂筋東ビルにおいて「ヘルシー外食フォーラム 2013」（主催：大阪ヘルシー外食推進協議会、共催：大阪府・大阪市・堺市・豊中市・高槻市・東大阪市）が開催され、123 名が参加しました。

“外食利用の多い現在、私たちの健康と食生活を考えてみませんか”のサブタイトルのもと第 1 部は「おすすめ！わが店のヘルシーメニ

ュー 2013」人気コンテスト（以下「コンテスト」という）の表彰式、第 2 部は講演、第 3 部は賛助会員の大阪ガス（株）から「ガス加熱水蒸気オープンのご紹介」と題して情報提供が行われました。

第 1 部の表彰式では、応募のあった 83 メニューのうち 18 メニューが受賞し、受賞者には表彰状と盾が授与されました。

コンテストにおいて審査委員長を務められた（社）大阪府調理師会理事長 尾崎滋氏は、応募メニューはヘルシー度や、盛り付け、独創性など素晴らしいものばかりで甲乙つけがたく審査は難航したと講評を述べられました。

会場ではコンテストの入賞メニューを含む全応募メニューの写真展示があり、来場者は熱心に見入っておられました。コンテストの受賞作品等については大阪ヘルシー外食推進協議会のホームページに掲載されています。

## 「100 年後の日本料理をめざして」

講師：懐石料理 とよなか桜会<sup>さくらえ</sup>  
満田 健児氏



第 2 部は「100 年後の日本料理をめざして」と題して豊中市桜の町にある懐石料理とよなか桜会（さくらえ）の主人 満田健児氏による講演会が行われました。

日々の仕事の中で感じることや料理への思いを次のようにお話いただきました。

### ❖ 「とよなか桜会」とは

平安時代、京の都では春になると貴族は煌びやかな衣装を纏い夜毎花見の宴を行っていた。花を愛で、美酒美肴に酔いしれるその宴を「桜会（さくらえ）」と呼んでいたという。そんな花見の宴のような楽しい時を過ごしてもらいたいという思いを込め、お店の名前を「とよなか桜会」と名づけました。

### ❖ 「100 年後の日本料理」について

江戸時代に確立した日本料理が、ここ 30 年経済発展と共に進化しています。自分が日々創作に励んでいる料理が 100 年後にスタンダー

ドになって、多くの料理人が自分のレシピを基本として工夫を重ねています。そんな日本料理を作ることをめざしています。

### ・まず、素材優先であること

お店で使う野菜は契約農家で特別に作ってもらい、主人自らが吟味し、厳選しています。またその素材の味を最大限に引き出す調理を工夫しています。

たとえば「ふろふき大根」を作る際には、一般的には米のとぎ汁で下茹でし、だしで煮るのですが、桜会では大根をオイルに漬けて、蒸しあげます。一般的なふろふき大根の場合「だしがよくしみて」と褒められますが、この方法だと召し上がった方は「ダイコンがおいしい」と言ってくださいます。そこから「この大根は…」という素材のお話をお客様とすることも多いです。

また、お造りも普通は醤油を添えますが、醤油は液体ですので舌の上に長く残り、お造りの旨味をころしてしまうこともあるため、「桜会」では醤油を泡状に固めてそえています。泡状の

醤油は、口の中ですぐに溶け、素材の味を十分に感じていただけます。

#### ・調理過程が難しすぎないこと

現在、日本各地で作られている古典的な日本料理は調理過程がシンプルなものが多いです。私は工程を多くしすぎたり、特殊な器具を多用すると、その料理が広く伝わらない可能性が出てくると思うので、特殊な器具のない小さな調理場でも工夫すれば作れる料理を研究しています。また、料理人ごとの仕上がりの違いを最小限に抑え、誰が作っても美味しいものになるように、加熱温度や加熱時間の設定など、レシピを丁寧に作り、より経験が accrue するように若い料理人とも、レシピを共有しています。

#### ・古典にある盛り付けができること

盛り付けも古典的なものをまもりながら工夫しています。「桜会」で使用している器は、多くの作家さん達とのお付き合いの中で増えていったもので、これらの器からヒントを得た料理も数多くあります。折角のレシピも奇抜な盛り付けでは古典料理になりにくいので、「洋」の食材を使っている場合でも、陶器、硝子、漆器などの日本古来の器との調和ができる料理でな

ければならないと考えています。

#### ・酒類との調和も考える

日本料理には四季がありそれぞれの季節に合った酒があります。またワインは幅が広く和食にもよく合うものもあります。

日本酒やワインとの料理の調和を考えるため、ソムリエや唎酒師（ききさけし）の資格も取りつつ研究をしています。これからのお客様の飲みものの知識はますます広がっていくと思うので、日本酒だけではなく、ワインの知識を持ち、ワインにも対応できる料理を考えていくことが大切であると考えています。

現在自分が創作している料理が 100 年後の料理人に伝わり、古典料理として受け継がれるということをめざす満田さんの「四季や自然の移ろいを日本料理でいかに表現するか。また、それをいかに伝えていくかという気持ちで取組んでいきたい。」という言葉が印象的でした。

四季のある国に生まれ、少なからず「食」にかかわる私たちに様々な角度から「食」を再考させてくれる有意義な講演でした。

（文責 行政 池上益世）