

第17回 試食メニューご紹介

☆☆ウェルカムドリンク☆☆ 玉レタスとパインのジュース

玉レタスをジュースにする時に一番問題になるのは変色です。この原因はレタスの切り口から出る白い液体『ラクチュコピコリン』という成分が原因ですが、これをパインとオレンジジュースで抑えることができました。さわやかな香りの残るジュースです。



使用品種：玉レタス



数あるちしゃの仲間日本で一番ポピュラーな玉レタス。パリッとした歯ざわりが特徴です。

☆☆前菜☆☆ 3種のちしゃ 2種のディップ添え

ロメインレタス・シルクレタス・フリルレタスの3種の特徴的なちしゃをサーモンとたらこのディップでお召し上がりいただきました。それぞれの葉の持つ違った歯ざわりを比べながら楽しんでいただきました。



使用品種：フリルレタス

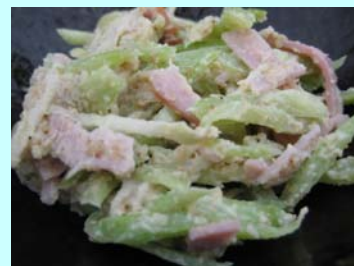


縮れた葉先がフリルのようなところからフリルレタスと呼ばれます。葉ちしゃの仲間ですが、玉レタスに近い味わいをしています。

☆☆サラダメニュー☆☆

ちしゃとうと切干大根の胡麻和え

関東ではなかなか見られない『生』のちしゃとうの硬く厚い皮を剥くとエメラルドグリーンのしゃきしゃきした歯ざわりの茎が現れます。これを切干大根と組み合わせた胡麻和えにしました。しゃきしゃき・コリコリという2つの食感が楽しめる胡麻和えです。



使用品種：ちしゃとう



長く伸びた茎を食用とするもので、これを乾燥させたものが『山クラゲ』です。薄く切って生で食べたり、炒め物や煮物にも向いています。

☆☆スープメニュー☆☆

ロメインレタスと豆のポタージュ

レタスの仲間を半生状態で食べるおいしさは格別です。パリパリとした歯ざわりが特徴のロメインレタスをそら豆・グリーンピース・ペコリーノロマーノで作ったポタージュに添えました。半生状態でレタスの香りや歯ざわりを強く感じられるスープになりました。



使用食材：ロメインレタス



ゆるく結球したレタスで、和名は立ちぢしゃ。玉レタスよりも葉が肉厚で、味も香りも濃厚です。エーゲ海コス島の原産でコスレタスともいいます。

☆☆メイン☆☆ エンダイブの海老マヨ レッドリーフ添え

ごわごわした葉の食感とほろ苦さが持ち味のエンダイブをコンデンスミルクとレモン汁、コントローで甘めに味付けした海老マヨ炒めに絡めました。やわらかな水耕のレッドリーフに海老マヨとエンダイブを包んでほろ苦さと歯ざわりを楽しんでいただきました。



使用品種：レッドリーフ



結球しないリーフレタスで葉先が赤紫色を帯び、葉の表面が縮れて波を打っているのが特徴。サニーレタスという名前でも知られています。

☆☆ごはんメニュー☆☆ サラダ菜のめはりずし

めはりずしとは熊野地方や吉野地方に伝わる郷土料理。おにぎりを高菜の浅漬けにくるんだものです。今回はサラダ菜の浅漬けで、ゆかり入りのおにぎりを包んでみました。生とも違うやわらかさと適度な苦みがたのしめる、目を見張るおにぎりです。



使用品種：サラダ菜



ちしゃ類の中でも緑色が濃く、実は緑黄色野菜です！表面に光沢があり、歯ざわりがしんなりして柔らかいのが特徴です。

☆☆デザートメニュー☆☆ レッドアンディープのオレンジ煮

サラダやグラタン、グリルなどに使うことが多いレッドアンディープを苦味と色合いを活かすため、オレンジジュースで煮て温かいデザートに仕立てました。ヤーコンの赤ワイン煮を彩りに添え、粗挽きのブラックペッパーできりっと引き締めた新しいおいしさです。



使用品種：レッドアンディープ



アンディープは菊にがなと呼ばれ、芽を食べるちしゃの仲間です。この縁が赤い品種がレッドアンディープです。苦味と色が特徴の野菜です。

☆☆ドリンク☆☆ 苺とかぶのジュース

今が旬のいちごと春を迎えて瑞々しさの増したかぶを合わせて薄桃色もきれいなジュースを作りました。苺とかぶのダブルのビタミンCで花冷えで引きやすい風邪の予防にぴったりです。



☆☆ドリンク☆☆ 日向夏のサワードリンク

白い綿の部分が甘く、ゆずの血を引くと思われるさわやかな香りのする日向夏を綿ごとミキサーにかけて、リンゴ酢を混ぜたサワードリンクに仕立てました。サワードリンクが日向夏で飲みやすい爽やかなドリンクになりました。

