

## 第20回 試食メニューご紹介

### ☆☆ウェルカムドリンク☆☆ 柿とオレンジパプリカのジュース

秋のフルーツの代表格、「柿」。学名にも「カキ」の名がつく日本の代表的なフルーツです。渋みの成分タンニンは血圧を下げる効果があり、アルコールを分解する酵素も含むので、二日酔いには最適です。秋真っ先に出回る渋抜きの柿『平核早生』にオレンジパプリカをあわせ、青柚子の皮と果汁を味の引き締めに加えた色鮮やかなジュースです。



### ☆☆前菜☆☆ ふたつのなすのカナッペ仕立て

九州で栽培されている大長なすを当社の過熱システムでムラ無く火を通し、ピューレにしたものを和風と洋風の2つの味に仕立て、スライスした泉州（大阪府堺市付近）特産の水なすにのせました。ここに鯛のスマーク、いくらをトッピングしてカナッペとして召し上がっていただきました。

パリッとした水なすの歯ざわりと、大長なすのしっとりとした組み合わせを楽しんでいただきました。



#### 使用品種：水なす



水なすは皮・果肉ともに軟らかく、夏の農作業の合間にこれをかじって喉を潤したと言われるほどジューシーです。漬物中心で使用されてきましたが最近では生食用としてもブレイクしています。

#### 使用品種：大長なす



九州で栽培される大長なすは 40cm 以上まで大きくなる品種です。皮はやや硬めですが、果肉が軟らかくしっとりとしていて焼きなすや煮物に向いています。

## ☆☆メインメニュー☆☆

## なすと雑穀のビーガンミルフィーユ

「ビーガン」とは肉・魚はもちろん、卵も牛乳も口にしない『完全菜食主義』のこと。一見ギリシャ料理のなすのムサカのように見えますが、実は動物性の食材は一切使っていません。ステーキにできると言われるほどしっかりした旨みのある緑のイタリアなすをソテーして、ひき肉に食感の似た高きび、今注目のトマト「シシリアンルーージュ」と麦味噌で作ったソースと重ね焼きしています。「え！お肉じゃないの！？」そんな声が聞こえてきそうなボリュームのある一品です。



### 使用品種：イタリアなす（緑）



見た目は変わっていますが、そのしっかりとした果肉は油との相性がバツグン！ソテーにするのはもちろん、てんぷらなどでも美味しくいただけます。

また煮崩れしにくく、汁の色も汚さないので煮物にも向いています。

## ☆☆主食メニュー☆☆

## ふたつのなすの米粉ピザ

駿河の名物で最近復活をとげた「折戸なす」と仙台の特産品である「仙台長なす」を、今注目の米粉で作ったピザ生地のにせています。アボカドと豆腐の味噌漬け燻製でつくったソースに揚げた折戸なす、細かく切った仙台長なすの漬物をのせて焼き上げました。さくっとした生地、とろりとした折戸なすと、小さくきっても存在感のある仙台長なすの食感を堪能していただきました。



### 使用品種：折戸なす



折戸なすは静岡の特産で、加茂なすによく似た品種です。日本初の「施設栽培」で栽培され、徳川家康が愛したと言われる伝統品種です。一時は栽培も途絶えていましたが現在、地方伝来の品種として栽培が復活しました。皮が軟らかく、果肉はしっかり、煮崩れしにくい特長があります。

### 使用品種：仙台長なす



仙台長なすはその昔、伊達正宗が朝鮮出兵の折、博多から持ち帰ったと言われる小さななすです。身が締まり、保存できる漬物の材料として仙台の特産品として育ってきました。今回のメニューでは漬物になったものを使用しています。

## ☆☆デザートメニュー☆☆ 白なす豆腐

白い皮と果肉、もっちりとした食感が新しい白なすをカモミールティで煮込んでピューレにしたものを吉野葛で寄せて、「胡麻豆腐」ならぬ「なす豆腐」に仕立てました。

しっとりとした食感と色からはなすが材料とは思えない、驚きのデザートです。



### 使用品種：白なす



なすとは思えないほど真っ白な皮が特長です。皮が白いので、なすの本来の特徴であるアントシアンの色と機能は低いものの、目から楽しめ、親しめる品種です。

## ☆☆ドリンク☆☆ 梨と白菜のジュース

ほとばしる果汁が魅力の梨。「なし」の言葉を嫌い、「有りの実」と呼ばれていたとか。豊富なカリウムを含み、高血圧予防に、またシャリッとした歯ざわりを生む「石細胞＝食物繊維」が便秘の予防にも効果的です。ジューシーな梨に解毒効果のある白菜を加えて、白いジュースを作ってみました。アクセントにクレソンとレモンの皮を加えて、キリッとした味わいに仕上げました。



## ☆☆ドリンク☆☆ 小松菜と豆乳のジュース

寒い季節を代表する「菜っ葉」小松菜。昔はただの青菜と呼ばれていたものが、東京都江戸川区小松川の地名を取って『小松菜』と呼ばれるようになったのは有名です。

緑黄色野菜の代表であり、カルシウムが多いのも特徴で、リンゴと豆乳を合わせて飲みやすいジュースにしました。小松菜の豊富なカロテン、リンゴのペクチンなどいいこといっぱいの青いジュースです。

