第27回 試食メニューご紹介

★☆ウェルカムドリンク☆★　　ハーブティー

レモングラス・ミント・ローズマリー・アップルミントなど、ハーブティー用にミックスされたフレッシュハーブを使いました。生産者の方がこだわって作った土から生まれる、安心で安全でおいしいフレッシュハーブティー。フレッシュならではの爽やかな香りと味で豊かな時間を演出できます。



★☆前菜☆★　　３種の葱と真鱈のテリーヌ

紀元前より栽培されていたといわれるねぎ。
日本書紀にも記述があるほど、日本でも古くから栽培され、気候適正により①冬に休眠し、白い部分が中心の加賀群、②冬も成長する九条群、③中間型の千住群に分類されます。このそれぞれの特徴を持つ、①下仁田ねぎ、②九条ねぎ、③白ねぎを長いまま過熱し、辛味を出さないようにして真鱈のムースに包みこみました。



使用食材：下仁田ねぎ



群馬県特産の下仁田ねぎ。太くてずんぐりした形をしていて、生では刺すような辛味がありますが、煮たり焼いたりして火を通すととろりとした甘味に変わります。
生産地では殿様ねぎとも呼ばれている、冬にしか出会えないおいしいねぎです。

★☆サラダ☆★　　大根のサラダ　～３種の大根を３つの調理法で～



「大根」と一口に言っても、その品種により、また部位により味わいは大きく異なります。
現在主流の青首大根、赤い皮が美しい三浦特産のレディサラダ、まだ珍しい黒大根を使って生・加熱・干しの３つの手法で調理し、合せました。調理方法によって食感や甘みなどそれぞれ違った顔を見せる大根を楽しみにしていただけるサラダです。
最近話題のアイスプラントも加熱して添えて、新たな魅力を見せてくれています。

使用食材：黒大根



黒大根の特徴は何と言っても名前の通り、皮が黒いこと！！日本ではまだあまり出回っておらず珍しい品種ですが、ヨーロッパでは定番野菜として食卓に並んでいます。色を生かしてサラダに入れたり、また荷崩れしにくいので煮物にも向いています。

★☆スープメニュー☆★　　プチベールと牡蠣のチャウダー

フランス語で「小さな緑」を意味するプチベールはケールと芽キャベツを親に静岡県で誕生しました。葉が縮れた形をしているので、味の絡みもよく、結球していないので加熱時間も短くてすむ、使い勝手の良い野菜です。今回は短時間で仕上げることのできる帝国ホテルの前料理長・村上氏オススメの牡蠣のスープをアレンジし、プチベールの料理特性と合わせてチャウダーにしました。
すべての食材が特徴ある味わいを発揮しながらもまわりと調和し、地味溢れるおいしさとなっています。



使用食材：プチベール



芽キャベツとケールの交配種で、結球しない縮れた葉をもつ新顔の芽キャベツ。普通の芽キャベツよりも栄養価が高く、火の通りが早くてアクも少なく、色鮮やかなのが特徴です。ゆでてサラダやあえ物にしたり、煮込み料理やソテー、天ぷらにするなどいろいろな料理に活用できる野菜です。

★☆メインメニュー☆★　霜降り白菜のお花蒸し



寒さの中、糖度が高まり一番味わい深くなる冬の白菜。
中でもわざと霜を当て、甘味を深めた霜降り白菜は近刊の甘さと酸味を利かせたエスニック風のサーモンのすり身に全く負けない濃い味わいをしています。白菜の下の部分を使い、葉の間にサーモンのすり身を挟み込みお花のような形にして蒸しあげました。サーモンには今注目の抗酸化物質のアスタキサンチンが含まれ、金柑と白菜のビタミンCと重なって冬の健康メニューのできあがりです。

使用食材：霜降り白菜



冬の野菜はよく「甘みが増す」といいますが、これは寒い季節、野菜は自らが凍らないように葉の水分を少なくして糖分を増やすからです。霜降り白菜はこの野菜の生理を活かし、わざと霜を当てて甘みを増やした白菜です。冬のおいしさが満喫できる品種となっています。

★☆主食メニュー☆★　ほうれん草と押し麦のリゾット



寒さの中、糖度が最高潮に達した、肉厚のちぢみほうれん草をピューレにし、粒々した食感もうれしい押し麦・はと麦でリゾットを作りました。
トッピングには赤い軸が印象的な赤軸ほうれん草を生のまま使用しました。ほうれん草はビタミンB・C、タンパク質、鉄、葉酸、カルシウムなどの栄養素をバランスよく含み、押し麦・はと麦にもビタミンB1、食物繊維が多く含まれ、美肌や便秘予防など嬉しい成分がいっぱいです。

使用食材：赤軸ほうれん草



普通のほうれん草はえぐみが強いので生ではなかなか食べられませんが、この赤軸ほうれん草はえぐみがほとんどないので生で食べられます。ゆがくと流出しやすいビタミンCも生で食べれば逃さず取ることができるので、サラダで食べるのがオススメです。

★☆デザートメニュー☆★　　甘藍餅



甘藍とはキャベツの和名の呼び名です。スイートキャベツは冬に甘さがのってくる糖度の高いキャベツで、その糖度は１３度ほどもあります！この甘いキャベツを新鮮なうちに過熱野菜にし、甘酒と生姜をあわせ、わらび餅粉で練り上げ、和菓子仕立てにしました。キャベツの甘さを自然な甘味の甘酒が引き立てる、優しい甘さのベジスイーツです。仕上げに振った、青汁の中でももっともクセのない「大麦若葉」の緑と香ばしさがスイートキャベツの優しい色合いと甘さを引き立てます。

使用食材：スウィートキャベツ



生産者の方が「アトピーをもった子供にも安全でおいしく食べられるキャベツを作りたい！」という思いからできたとても糖度の高いキャベツです。
普段捨ててしまう芯の部分が一番甘いので、生でバリバリ食べるとキャベツのおいしさを実感できます。

★☆ドリンク☆★　　かぶといちごのジュース



やわらかく、みずみずしいサラダかぶとイチゴを合わせたジュースです。かぶには葉はもちろん、根の部分にもビタミンB、Cがたっぷり含まれ、でんぷんを分解する酵素アミラーゼも含んでいて消化を助けてくれます。イチゴもビタミンCを豊富に含み、７粒食べれば１日のビタミンCの摂取量が取れると言われています。この季節の風邪予防にぴったりのジュースです。

★☆ドリンク☆★　　韃靼そば茶



韃靼そばは中国、チベット地方で主食とされてきたそばで、やや苦みがあることから苦そばと呼ばれることもあります。しかしポリフェノールの一種ルチンを普通のそばの３００倍も含むと言われており、健康効果が注目されています。今回のそば茶は北海道で有機栽培された韃靼そばを粉末加工したものですので、安心・安全な健康茶です。