第34回 試食メニューご紹介

★☆ウェルカムドリンク☆★　　大根飴のホットドリンク

喉の風邪には大根飴。懐かしいと感じられる方もいらっしゃるのではないでしょうか。現在に伝わる先人の知恵袋の一つです。
大根の酵素は消化を助けるだけでなく、喉の粘膜の炎症を抑える働きもあります。１ｃｍ角に切った大根を蜂蜜に漬けて、そのシロップと生姜、柚子を加え、さらに風邪予防に効果のあるホットドリンクにしました。気持ちもホッと和らぐドリンクです。



★☆前菜☆★　　３種の大根と海鮮の塩麹漬け

現在１００種を超える品種があるといわれる大根。様々な大根の持つ色と食感を引き出したメニューです。黒大根・聖護院大根・紅しぐれ大根の黒・白・紅それぞれ異なる色と食感の大根を蒸し器で短時間加熱し、今話題の調味料『塩麹』に海鮮と共に一晩漬け込み、味をなじませました。海鮮と塩麹の組み合わせに大根を加えることで、彩りと食感を添えるだけでなく、ボリューム感もＵＰ！
メニューに奥行きを与えてくれる大根の名脇役としての使い方です。



使用食材：黒大根



見た目もびっくり！真っ黒な大根です。ただし黒いのは皮の部分だけで、中は白く、切り方を工夫して色のコントラストを楽しめます。青首大根より固く、コリコリとした歯触りで辛味は弱いので、サラダにしてもおすすめです。

★☆スープ☆★　　利休大根煮ころし汁



食文化が花開いた江戸時代に大根の約 100 種類にも及ぶ料理を載せた『大根百珍』という本が出されました。現代でも通用する、新しい発見のある江戸の料理本のひとつです。
利休が胡麻を好んだことから、胡麻を使った料理名につけられる利休。胡麻入りの大根の味噌汁といったところですが、シンプルながら、胡麻と青唐辛子の組み合わせはオツな味です。大根の甘味がやさしく感じられる一品です。

使用食材：源助大根



加賀野菜のひとつ、源助大根。きめが細かく、甘味がある上に煮くずれしにくいのが特徴です。そのためおでんや煮物に向いている大根と言えるでしょう。太く短い形も特徴で、青首大根のように部位で味が変わらないので、１本まるごと同じ使い方ができる大根です。

★☆サラダメニュー☆★　　紅芯大根のおぼろ昆布巻き



きれいな紅色が特徴の紅芯大根。薄くスライスした紅芯だいこんにおぼろ昆布とはなっこりーを巻いてサラダ仕立てに仕上げました。ドレッシングは生姜をきかせています。おぼろ昆布のやさしい味とパリッとした紅芯大根が絶妙なハーモニーで口の中に広がります。目にもおいしい、サラダメニューの出来上がりです。

使用食材：紅芯大根



皮は爽やかな黄緑色。果肉は鮮やかな紅色の紅芯大根。メニューに彩りを添えてくれる大根のひとつです。中国が原産の紅芯大根ですが、旬の時期には国産も出回ります。水分が少なく食感がパリッとしていて辛味が少ないのが特徴で、生食がおすすめです。

★☆メインメニュー☆★　　大根カツ

一般的に大根と呼ばれているものはこの青首大根を指します。旬を迎える冬は水分も多く、繊維も柔らかく、甘味も増しています。この旬の大根を下ゆでして塩麹に一晩漬け、パン粉をつけて揚げたヘルシーカツ！大根の甘味を感じていただくためにソースはあえてつけないで食べていただきます。大根の凡用性の広さを感じる料理です。



使用食材：青首大根



首の部分が青いことから『青首大根』と呼ばれます。現在作られている大根の主流で、大根と言えば青首大根を思い浮かべる方も多いのではないでしょうか。部位によって味が変わるので、お好みによって使い分けていただくとより一層おいしく食べることができます。

★☆主食メニュー☆★　　カスクルート

カスクルートはフランス語でバゲットを使ったサンドイッチのことを指します。
サンドイッチの具材にも大根を使用してみました。辛味大根は本来、その名の通り辛味の強い大根で、そばの薬味などに使われる品種です。この辛味大根を細切りにして、一旦冷凍してから解凍し炒めることで、少し辛味を押さえ独特の食感にしました。そこにパリッとした紅芯大根の食感を合わせ、大根の様々な食感と味の変化を楽しめるように仕上げました。



使用食材：辛味大根



長さが 20ｃｍほどのおろし専用の大根です。
名前の通り、辛味が強いのですが、昔から通人に好まれていた大根です。おろしても水分が少なく、さらっとしているのでそばつゆに入れてもつゆが薄まることがありません。薬味として人気のある大根です。

★☆デザートメニュー☆★　　大根のコンポート・春の香り

色鮮やかなビタミン大根を薄くスライスし、シロップに浸してコンポートにしました。くせのない味はどんな調理にも形をかえることができます。大根のみじん切りとホイップクリームを挟み、旬のイチゴで春らしさを出した、爽やかな春をイメージしたデザートです。



使用食材：ビタミン大根



中国が原産の青大根。ビタミン類が豊富に含まれることから「ビタミン大根」という名前がつきました。辛味が少なく、大根おろしや生食も可能な、鮮やかな緑色をした大根です。

★☆ドリンク☆★　　大根とりんごのジュース

大根は栄養素や機能性を豊富に含む頼もしい野菜です。でんぷん分解酵素アミラーゼを含み、消化を助けるので、「正月の餅の食べすぎには大根おろしを食べるとよい」という言い伝えもあるほどです。また、辛味成分のイソチオシアネートには殺菌作用の効果もあります。大根の酵素とりんごのビタミンCのダブル効果で風邪予防にぴったりなドリンクが出来上がりました。

