

シシリアンルージュと 季節野菜の煮びたし

使用野菜：シシリアンルージュ、アスパラガス、茗荷

シシリアンルージュはトマトの本場イタリア、地中海に浮かぶシシリア島南部に位置するパッキーノ地方で育種され、別名地中海トマトとも呼ばれています。

シシリアンルージュは旨味成分のグルタミン酸を多く含む為加熱調理に向くトマトです。この特徴を活かし本日はシシリアンルージュとアスパラガスは白だしで、茗荷は甘酢でそれぞれ真空加熱調理で仕上げました。

サッパリとした前菜のトマトメニューはいかがでしょう。



アメーラトマトと アボカドの白味噌汁

使用野菜：アメーラトマト、アボカド

アメーラトマトの名前の由来は静岡弁の「甘えらー」（甘いだろー）からきています。普通のトマトの1/3の大きさに成熟するように栽培されている為、甘さも栄養価もしっかりと凝縮しています。周年出荷されておりますが、最も甘く感じるのは4月～5月頃とされています。また、ビタミン、カリウム、γ-アミノ酪酸の含有量が普通のトマトより多く含まれます。本日はフルーツトマトの甘みと旨味を活かし、白味噌を使った汁物に仕立てました。山椒を振って少しパンチを出した、新しいトマトのお味噌汁のご提案です。



珊瑚樹トマトと鰹の オーブン焼き

使用野菜：珊瑚樹トマト

甘みと酸味のバランスが抜群の「珊瑚樹トマト」は、温暖な気候、肥沃な大地、豊富な水に恵まれた、徳島県の南東部に位置する小松島市で栽培されています。小ぶりですが重量感があり、やわらかくて緻密な果肉にはトマトの旨味がたっぷりと含まれます。フルーツトマトの糖度は8度以上とされていますが、珊瑚樹トマトはそれを上回る10度以上もございます。

本日は鰹のフィレのムニエルと一緒にプロバンス風に仕立てました。青魚が苦手な方にも旨味のあるトマトとお召し上がり頂くことで非常に食べやすくなります。



2色トマトの中華卵とじ

使用野菜：ファーストトマト、グリーントマト

ファーストトマトは大玉トマトの代表品種のひとつで、お尻（果頂部）がとがっているのが特徴です。甘酸のバランスがよくゼリー部分が少なめで、カットした際に実崩れしにくく、サラダやサンドイッチなどに向いています。ファーストトマトはアメリカ系の「ポンテローザ」から生まれ、昭和10年代から長い間主力品種として栽培されていました。現在は主に愛知県で栽培されています。出回り時期は2月～5月頃となります。本日はトマトを2種使用し、中華風の卵とじにしました。角切りの長芋を加えて食感にアクセントを出し、優しい味わいのなかにトマトの酸味と旨味が映えるメニューです。



ジャスミンライスで頂く トマトカレー

使用野菜：イタリアントマト

イタリアントマトは赤みが強く、加熱しても煮崩れしにくいこと、また、ゼリー部分が少なく水っぽくならないのが特徴です。旨味が多く、加熱することでより美味しくなるという特性から加熱調理に向いているトマトです。イタリアではパスタソースや肉の煮込みにトマトをたくさん使うため、調理用品種が発達したと言われています。本日は大きめにカットしたイタリアントマトを真空加熱調理し、ドライカレーでお召し上がり頂きます。辛口のカレーですがトマトの甘みと旨味を味わえるカレーメニューです。



シュー・ア・ラ・ グリーントマト

使用野菜：グリーントマト

グリーントマトは成熟しても緑色のままのトマトです。リコピンは含まれていませんが、香りがよく果肉はしっかりしていてほどよい甘味がございます。酸味はやや強めで独特な風味があり、サラダや炒め物などに向いています。砂糖をまぶして一晩漬けて甘くしたグリーントマトをドライトマトと一緒にシュー皮に挟み、マスカルポーネチーズでコクをプラスしています。また甘さを引き立てるためにシュー皮に紛糖をまぶしました。グリーンの色が鮮やかな新しいベジスイーツです。



トマトとグレープフルーツの ミネラルスムージー

使用野菜：トマト、グレープフルーツ、オレンジ、栗国の塩

トマトを柑橘と合わせスムージーにしました。
春は「気」の巡りが滞りやすい時期です。この「気」を巡らせる力のあるグレープフルーツとオレンジを合わせ、季節の養生に合わせたスッキリと爽やかなスムージーにしました。
沖縄県栗国島の手作りの塩を少量加える事で、トマトの甘みを引き立たせ、ミネラル分もしっかり補給できます。

