

もっと知りたい食べ物のこと

天婦羅とは、和の素材を心置きなく引き出す料理法



日本人にとって天婦羅は、蕎麦、うどん、寿司とならびなじみ深い料理です。四季を通じ、海山の幸を材料として楽しむ、まさに日本の気候と地理的条件に適した調理法です。しかし、油で食材を揚げるといふ技は、どこか異国の香りがしませんか。調べたところ、やはりルーツは南蛮渡来という結果でした。実は、揚げ物料理がわが国に定着するには、3度のチャンスがあったようです。初めは、奈良時代に中国から唐菓子として伝わり、次が鎌倉時代で禅宗の精進料理です。

最終的には、戦国時代に、キリスト教の宣教師達によって伝来される卓袱（シッポク）料理が原型となります。宣教師達は、水で溶いた小麦粉で魚全体を覆い、熱い油で揚げて食べたとされます。当初伝えられたレシピは、現代のフリッターのようなものと考えられます。いずれも定着して、天婦羅の原型になったわけではありませんでした。

天ぶらとの出会い 私が天婦羅を外で美味いと思って初めて食べたのは神田でした。今は楽器店やスキー用品店がずらりと並びますが、30年ほど前は写真のように、メインストリートはほとんどが古本屋さんといってよい状態でした。年に何度か上京し、一日目当ての本を物色するのが楽しみでした。そんなある日、フラッと屋台のような通沿いの店に入ったのが、たまたま天婦羅店でした。お腹もすいていたし、値段も手ごろ、味も好みに合っていて大満足でした。その時のネタで印象的だったのが海苔で、今でもその印象は昨日のこのように鮮明です。以来、私の中で天婦羅という言葉は、東京を表す新たな代名詞に加えられたのでした。



天婦羅が和食の王道を譲らない理由。
和の食材を存分に生かす料理は天婦羅をおいてありません。天婦羅のネタといえば、春秋の山菜、江戸前の魚介。春を待つ山菜は、その香りとほろ苦さの表現として天婦羅以外にはありません。白身魚の風味と香りの引き立て役では白塩が際立っています。きのこ、シソ、海苔などは、片面に衣をつけ、さっと揚げて香りと食感を楽しんでもらいたいお勧めのネタです。

現在われわれが親しむ和食のほとんどは、江戸中期以降のファーストフードが基本となっています。特に庶民に受け入れられた蕎麦、寿司、うなぎ、天婦羅料理は、当時としては庶民が手軽に食べられるように工夫・改良されたことで市民権を得たようです。一部のお店では、高級な料理へと姿を変えますが、元をたどれば一般庶民が誰でも気軽に食べられたファーストフードなのです。

江戸で花開いた食文化は、現在でもほとんど変わらずわれわれの生活の中心に脈打っています。



たらノ芽



蔕ノ蔕



菜の花



海苔



ユリの根



雪ノ下の葉

やさしい天婦羅の作り方。あなたも今日から天婦羅名人

サクとした天婦羅をつくるマニュアル(新鮮素材で、水分を取り、油の熱を下げないように)

- 卵を溶き冷水で割り、小麦粉はダマが残る程度に混ぜる。粉は完全に溶かさないこと。
冷やしながらいをつけるためには、氷塊を何個かボールに入れ冷やしながらいをつける。
 - 材料の下ごしらえ
芋、薩摩芋、長いもなど厚みのある野菜は、適度に厚みをそろえて水であく抜き。
海老は背中に刃を入れ脊腸を取り出し、ともにキッチンペーパーで余分な水分を取っておく
 - 油は余裕を持ち、なべの7-8割に満たす。油は、サラダオイルを中心に、好みに応じ胡麻油や綿実油を混ぜ香りを楽しむ。ビギナーは、初めのうちはサラダ油中心で腕を磨く。
 - 揚温度は170℃。粉をいれてサッとあわ立つ程度が目安。湯煙が出るほど熱しない。一度に揚げる量は、油の1/2程度とする。揚げ物のポイントは、温度を下げずに一気に揚げきる事。
 - 出来上がり時。材料から泡が少なくなってきたら引き上げる目安。
 - 出来上がった揚げ物は、ペーパーの上に重ねないように並べ、過剰な油を取り除きます。
 - 何より熱いうちに食べるのが美味しさのコツ
 - 召し上がるときの調味はお好みでそれぞれ試してみましょう。
タレ:鰹だしを適度にお湯で割り、ダイコン下ろしを混ぜる
白塩(白身魚)・抹茶塩・カレー粉(海老)・ゆず胡椒、
- * 気に入っているお店は、ほかにもまだまだあるが書ききれません(御免!)

| | | |
|--|---|--|
|  |  |  |
| <p>浅草 天麩羅 葵丸進 はとバス(浅草おいらんコース)にもなっています。昭和30年ごろから流行っています。 外人観光客への店主の天婦羅紹介が面白い。</p> | <p>新宿つな八 カウンター越しの板さんの会話が良い</p> | |
|  |  |  |
| <p>銀座 天一 外国要人もよく訪れるというお店。</p> | <p>新宿パークタワーに時々。 先代は髪が無くて禿げさん</p> | <p>天国 新橋駅で下車(銀座店) 一度は味わいたい雰囲気のある店</p> |

以上の枠内は、全部通った素敵なお店(各店のホームページより引用)

検体検査・食品衛生に関するお問い合わせは 株式会社BMLフード・サイエンスに
お問合せ先 電話 03-3988-0455 FAX 03-3989-1646