



みなさん、お正月にお節料理やお雑煮を食べましたか？ 昔から日本で食べられてきたこれらの和食には、料理の風味を引き立て、材料のおいしさを引き出す「だし」が欠かせません。札幌市のこども記者まなつくが、和食一筋40年の料理長からだしの魅力を学びました。 (中出幸恵)

和食の「だし」奥深さ感じた

「まなつく」は、まなぶんの「まな」と「行く・書く」に由来する愛称です

こども記者 まなつく 見ぶん 録



「だしクイズ」に挑戦した内藤結菜さん(右)と森永萌々夏さん。「どれもおいしいけれど、何のだしか当てるのは難しい」と言いながら飲み比べました

香りやうま味 材料で変化

内藤結菜さん(月寒東小5年)と森永萌々夏さん(北野台小6年)が向かったのは、JR札幌駅に直結したJRタワーホテル日航札幌です。ホテル内の和食レストラン「丹頂」の料理長・山中俊幸さん(59)と上川地方和寒町出身の「よろしくお願ひします！」と笑顔で出むかえしました。丹頂では、かつお節と函館市南茅部地区のコンブから取った

「合わせだし」を使います。うま味成分であるコンブのグルタミン酸とかつお節のイノシン酸を組み合わせて、香りが良く、おいしいだしになるそう。山中さんは「だしは和食の命です」と胸をはります。山中さんはまず、お湯をわかしたなべからコンブを取り出し、ひとつかみのかつお節を入れ、すぐに火を止めました。「かつお節を

にると苦みが出る。ふつと煮る前に火を止めましょう」。しぶみやえぐみの元になる白いあくは、いねいにすくい取ります。かつお節がなべの底にしずんだら、ざるで静かにこしました。黄金色にかがやく一番だしの完成です。「いいにおい」と、まなつくたちから笑みがこぼれます。

内藤さんが「一番だしは何に使用しますか」と聞くと、山中さんは「みそ汁やおすい物など香りや風味が伝わるメニューです」と教えてくれました。丹頂では毎朝150リットルのだしを調理し、1人で取るそう、それを聞いた内藤さん

は「めっちゃ大変！」と目を丸くしました。

2人は「だしクイズ」にも挑戦。6種類のだしを、味や香り、色でどのだしか当てます。用意されたのはサケの身から作ったサケ節やお店で売っているだしパックのだし、一番だしなど。森永さんは「一つを手にとりて飲み、サケ節かな。すごくおいしい」と笑顔です。山中さんは「材料ごとに風味のちがいがああることを覚えてください」と伝えます。

最後は山中さんが作った2種類の肉じゃがを試食。だし入りと、だしが入っていない肉じゃがです。内藤さんは両方のニンジンを食べ比べて「味が全然ちがう」、森永さんは「だし入りの方がうま味を感じる」とおどろきました。

2人はだしの奥深さを学び、おなかもいっぱいになりました。山中さんは「おいしいだしを取るには手間をかけることが大切。家でも挑戦してみてください」と話しました。

まなつくの2人が取材したJRタワーホテル日航札幌から、レストラン「SKY J」のランチ「パノラマブツエ」の親子ペア招待券を小学生2人にプレゼントします。応募はまなぶんデジタル「参加しよう もらおう」QRコードから。

まなつくの2人にコンブを見せて料理長の山中俊幸さん(右)。「水に入れておくと、こんなに大きくなります」と説明しました(いずれも菊地賢洋さん)



料理の味決めるパワー

森永 萌々夏さん
札幌市・北野台小6年

5年生の時、家庭科でだしを学びましたが、改めてだしの大切さを実感しました。一番だしでおすい物を、二番だし(一番だしで使ったかつお節でもう一度だしを取る)で煮物を作るなど、料理に合わせてだしを

使い分けることも知りました。だし入りの肉じゃがを食べた時、口の中いっぱいにうま味が広がって幸せな気持ちになりました。料理の味を決める「だしのパワー」におどろきました。



飲み比べてちがい実感

内藤 結菜さん
札幌市・月寒東小5年

私は、だしの味にちがいはないと思っていました。取材でだしを飲み比べると、材料によって味や色のこさ、香りなどにちがいがああることを知りました。2種類の肉じゃがを食べた時、だし入りの方がニンジンにうま

味がしみこんで、よりおいしくなっていたことにおどろきました。取材の後、家でだしを取りました。香りや味で材料に何を使ったのかが分かるようになりました。