

【吉原的料理世界】料理をデザインする～並べる

その国の食事は、伝統的に繋がってきたもので、昔からその地に根差したもの、つまり身近に収穫できる食材をよりおいしく食べる文化が今に残っているものです。

繰り返し作られる食事には改良が加えられ、工夫が凝らされ、時代の要請によって変化してきたもので、いつも風土と food は一体になって私たちの体を支えてきました。

そんな中で、食文化を研究していると、国によってこういうおもしろい傾向があることに気が付きます。

多分中国の方々もそうだと思いますが、日本では毎日同じものを食べたくないというか、同じものは飽きてしまうというのか、昨日の夜のカレーが次の日のお昼に出て、夕方にも出ると、子どもでも必ずひとこと「また?」「もう飽きたよ、違うものが食べたい!」と言うのが普通です。

それは、日本料理の献立だけでのバリエーションを求めるものではありません。

今日、お刺身を食べたかと思うと、次の日はパスタが食べたくなり、次の日には海老のチリソースや酢豚のような中華料理が食べたくなり、はてまた胃袋がギョーザを欲しがります。そしてまた、ソーセージとザワークラウトや、ピクルスの煮具合の良いドイツ料理が欲しくなり、果てまた韓国のキムチを使った料理も家庭で登場します。

このように、果てしなくいろいろな世界の料理のバリエーションに興味を持ち、ただ興味を持つだけでなく家庭で作る方向に行く傾向が強いのが日本の食の傾向です。食に関して、いつも何か変化やサプライズ、そしてドラマが欲しい国民性なのかもしれません。

さて、そういう中から今回は、並べ方を変えるだけでも食事に変化を付けられ、ちょっと五感が刺激されて食卓がドラマティックになるという例をご紹介します。

これはトマトのサラダです。



ミニトマトのサラダ

横に薄めに切ったフィセル（バゲットの小さい版）にオリーブオイルを垂らしてサッと焼き、スライスしたミニトマトを好きなように彩りよく並べて、塩、胡椒とオリーブオイルをかけただけのものです。

ただミニトマトをボウルで混ぜるだけでも普通のサラダにはなりますが、これはごちそうに見え、ドラマティックです。

面倒に見えて、案外こういう作業は、子どもたちが上手にやってくれます。

これは、白玉粉を丸めて中にあんこを包み、平たくつぶして茹でた団子です。

四角に切ったオープンサンドと丸くて平べったい団子の形のコントラストを、串の向きも変えて並べると、視覚的な刺激があり、楽しいものです。



円と四角で楽しむ

セルクル寿司、つまり輪っかに寿司飯を入れて丸くした上に、鮭や卵、キュウリ他のいろいろな具をのせたお寿司です。

盛り付けも、詰め詰めにしないで間まを取りながら並べると、違ったものに見えます。

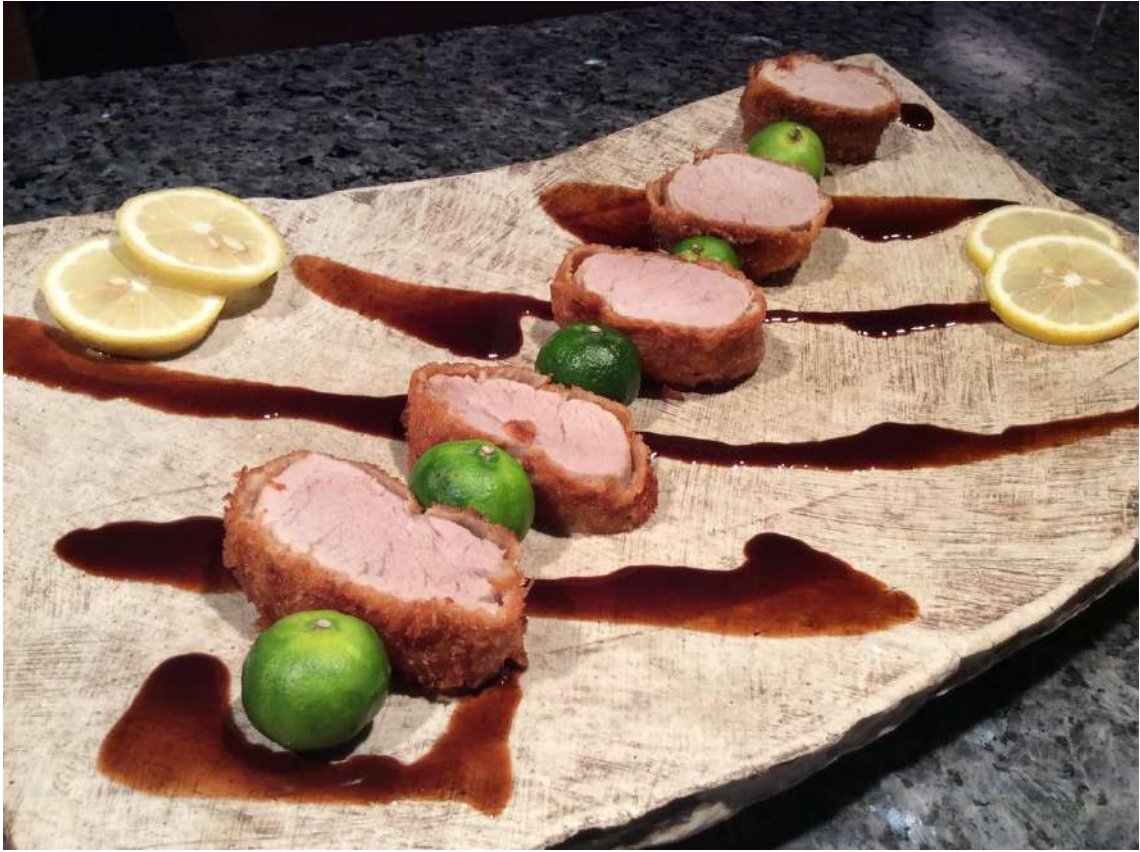
日本では何事によらず間まを大事にします。 トマトなどをあしらったりするのもいいし、間あいだに置いたのは昆布の佃煮です。



セルクル寿司を並べる

次はヒレカツです。

トンカツもソースの添え方と並べ方で、普段とはちょっと別物に見えるもの。おいしそうに感じさせる並べ方の工夫もやってみたいものです。



ソースのあしらいで

並べると言っても、フライパンに溶き入れた卵に、こういう風にランダムにミニトマトを並べていくと、普段見ないステキなオムレツになります。

トマトの酸味と甘みは、卵の味を一層引き立てるものですが、目でも味わえるオムレツがトマトの並べ方ひとつでできます。



色を工夫して並べるトマトオムレツ

伝統と革新は日々の食事の中にも大切な要素です。

撰稿·图片 [吉原 hiroko](#) (学校供餐研究家·料理研究家)

编辑翻译 JST 客观日本编辑部