

特集

今こそ日本酒

3



全国の日本酒と出会い、
ペアリングを楽しむ！



風味豊かな日本酒は、どのように選べばいいのか。

どのような食べものと合わせればより楽しめるのか。漫才師「にほんしゅ」のお二人が
選び方を、料理家の真野遥さんがペアリング料理を提案します。

チャートで見る

日本酒の味わい方

日本酒に精通した漫才師「にほんしゅ」の二人が、
好みの日本酒と出会うための味わいチャートを作成。
自分好みの日本酒選びには、二人のアドバイスも参考になります。



にほんしゅ

あさやん（左）と北井一彰（右）による漫才師。ともに3種類の日本酒の資格を持ち、酒漫才だけでなく、日本酒イベントやセミナーにも登壇し、さまざまな角度から日本酒の魅力を伝える。これまで訪れた蔵は約150、飲んだ日本酒は5000種類以上。



日本酒の味わいは、甘口と辛口、淡麗（たんれい）と濃醇（のうじゅん）という基準で分類するとわかりやすいです。淡麗はすっきり、濃醇はしっかり。さらにフルーティーという香りの基準やキレの良さなども加えるとより解像度が上がります。



北井

たとえば酸味があってフルーティーな白ワインが好きなら、淡麗甘口。もっとキレのいい白ワインが好きなら、淡麗辛口がおすすめです。



あさやん

言葉で自分の好みを説明できるといい出会いが期待できます。



北井

最初のうちは、日本酒が揃っている居酒屋や酒販店でお店の方に相談するのもひとつの手ですね。



あさやん

漫才師「にほんしゅ」が選んだ 味わいチャート



比べると味がよくわかる
飲み比べの楽しみ

日本酒の最大の魅力は、飲んでみないとわからないところ。同じ銘柄のお酒でも翌年はがらりと味が変わっていることもあります。原料や製法の細かい違いで味が大きく変わりますから。



北井



あさやん

飲む時の温度帯によってもかなり感じ方が違います。冷やして飲むのか常温で飲むのか、あるいは燗酒にするのか。

旅先でも地元の日本酒を飲むと、新たな発見があります。海に近くて生魚をよく食べる地域では、すっきりとした飲み口のお酒が多いんです。



北井



あさやん

酒蔵見学もおすすめです。⑥一ノ蔵や⑩春鹿など見学できる酒蔵はたくさんあります。試飲すると、同じ蔵で造っているお酒でも味わいがまるで違うことがわかるんです。



日本酒と料理の ペアリング



味わいチャートにある12種類の日本酒から4本をセレクトし、
日本酒に詳しい料理家の真野遥さんにそのお酒に合う料理を作ってもらいました。
ペアリングのポイントも解説します。



料理家 真野 遥さん

「今回は日本酒をよりおいしく飲めるレシピを紹介します。簡単にできるものばかりです」。東京での料理教室主宰を経て京都へ移住し、酒屋「発酵室よはく」を開業。『いつものお酒を100倍おいしくする最強おつまみ事典』（西東社）など日本酒に合う発酵食レシピの提案など活動中。

淡麗
甘口

伯楽星 特別純米 宮城県

白菜と柿のカニ入り柚子胡椒マヨサラダ



白菜の瑞々しさと柿の甘味、カニのうま味に柚子胡椒がピリリと効いて、癖になる味わいのサラダです。カニ缶はカニ風味かまぼこで代用可能。時期的に柿が手に入らない時はりんごを使ってもおいしいです。

材料 2人分

白菜…200グラム（葉2枚か3枚）
柿…1個
カニ缶…1缶

A

マヨネーズ…大さじ3（35グラム）
オリーブオイル…大さじ1
粉チーズ…大さじ1
柚子胡椒…大さじ2分の1
レモン汁…小さじ1

作り方

1. 白菜は白い芯の部分を5センチメートル幅に切り、繊維に沿って7ミリメートルから8ミリメートル幅の細切りにする。葉は食べやすい大きさにちぎる。流水でさっと洗ったらザルにあげ、ラップをかけて冷蔵庫で冷やしておく（できれば2時間以上冷やすと白菜が柔らかく瑞々しくなる）。
2. カニ缶は茶漉しで軽く水気を切っておく。柿は皮をむき、12等分のくし切りにする。
3. ボウルにAとカニ缶を入れて混ぜる。白菜と柿を加えてさっと和えたら器に盛る。

Point!

“究極の食中酒”と評判の伯楽星は、カニの繊細な風味を引き立てます。イカやタコなどの魚介類や鶏むね肉など淡泊な味にも合います。

淡麗
辛口

八海山 特別本醸造 新潟県

カキとワカメの長芋塩麴あんかけ

カキを酒で軽く漬け込み、ワカメ・塩麴と共にさつと炊き、すりおろした長芋がまろやかで深い味付けとやさしい旨味のあんかけです。柚子皮の千切りを添えたらより香りが広がります。



Point!

淡麗・辛口の代表格「八海山」は、どんな料理にも合う懐の深い酒。今回は常温ですが、お燗にしてもカキのうま味と相性抜群です。



材料 2人分

カキ（むき身）… 200グラム
ワカメ（茹で、もしくは戻したもの）… 60グラム
長芋… 100グラム
酒… 大さじ2
水… 80ミリリットル
塩麴… 大さじ2
柚子皮（千切り）… あれば適量

作り方

1. カキは塩を適量ふりかけてやさしく揉み、流水で洗いザルにあげる。ペーパータオルで水けを拭き取り鍋に入れ、酒をふりかけておく。
2. ワカメは食べやすい長さに切り、長芋は皮をむきすりおろしておく。
3. 1の鍋を中火にかけ、鍋をゆすりながらカキを酒煎りする。カキの身がぷっくりして火が通ったら火を止め、カキを取り出しておく（水分は鍋に残しておく）。
4. 同じ鍋に水と塩麴、ワカメを加えて中火にかけ、煮立ったら長芋を加える。ひと煮立ちしたらカキを戻し入れ、再び煮立ったら火を止める。器に盛り、お好みで柚子皮を散らす。

濃醇
甘口

玉川 Time machine 1712 京都府

酒粕レーズンナッツバター



洋酒に合うレーズンナッツバターも、酒粕を入れることで日本酒に合うおつまみに変身。酒粕が半分以上入っているのでカロリーも抑えられます。冷蔵保存で1週間、日持ちします。

Point!

江戸時代の製法で醸した濃厚な甘味をもつ酒は食後酒に最適。ナッツ系の香ばしさもあるので、レーズンやナッツにもよく合います。



材料 作りやすい分量

酒粕…60グラム
酒…大さじ1
レーズン…40グラム
ミックスナッツ…50グラム
有塩バター…100グラム

※ 酒粕は白っぽい（茶色く熟成していない）板粕を使うのがおすすめです。
※ 大吟醸粕などの水分が多くて柔らかい酒粕を使用する場合は、酒を加えて加熱する工程を省いてください。

作り方

1. 耐熱ボウルに酒粕と酒を入れてふんわりとラップをかけ、600ワットの電子レンジで40秒加熱する。スプーンでペースト状にし、レーズンを加える。粗熱が取れたらラップをかけ、冷蔵庫で2時間以上置く。
2. バターは冷蔵庫から取り出してボウルに入れ、室温に戻す。ミックスナッツは粗みじん切りにする。室温に戻したバターをゴムベラで練って滑らかにし、1とミックスナッツを入れてよく混ぜる。
3. ラップを敷き、2の半量ずつ棒状に置いて手前から巻く。ラップの両端をねじって形を整える。冷蔵庫で2時間か3時間冷やし、固まったら1センチメートル幅に切り分けて器に盛る。

濃醇
辛口

春鹿 純米超辛口 奈良県

豚肉のねぎにんにく味噌漬

豚ロース肉を使った満足感あるレシピです。ひと晩漬けたことでしっかりと味が染み込み、フライパンで手軽に調理できます。味噌とねぎの香りが食欲をそそり、冷めてもおいしい一品です。



Point!

パンチがあり飲みごたえのある「春鹿 超辛口」。お燗にすることで、豚肉の脂をさらりと流し口内をリフレッシュしてくれます。



材料 2人分

豚ロース肉（とんかつやステーキ用）…2枚（200グラムから250グラム程度）
青ねぎ… 30グラム
れんこん… 150グラム程度
サラダ油… 大さじ1
味噌…大さじ3
酒… 大さじ1と2分の1
みりん… 大さじ1と2分の1
にんにく（すりおろし）… 小さじ1

作り方

1. 青ねぎを粗みじん切りにしてポリ袋に入れてからAを加え混ぜた後、そこにすじ切りした豚肉を入れ、空気を抜いて縛り、冷蔵庫でひと晩置く。
2. れんこんは皮をむいて1.5センチメートル幅のいちょう切りにし、酢水にさらす。フライパンに油を引いて中火で熱し、1の豚肉（味噌は拭き取らない）と水気を切ったれんこんを焼く。両面とも焼けたら、蓋をして弱火に落とし、3分ほど蒸し焼きにする。
3. 蓋を開けて中火にし、豚ロース肉をもう一度裏返し、れんこんも全面をさっと焼いたら火を止める。豚肉は食べやすい大きさに切り分け、れんこんと共に器に盛る。お好みで斜め薄切りにした青ねぎを添える。

蔵元が提案する

新しい日本酒の楽しみ方



日本各地で開催されている「さけくらべ」は日本酒の造り手たちが、飲食店や酒販店で働く人たちに新たな飲み方を提案するイベントです。日本酒をベースにしたハイボールやモヒート、日本酒を凍らせてシャーベットにするなど、各蔵元が多彩なアイデアを披露。日本酒のポテンシャルの高さを発信しています。

今週のまとめ

味わいや、相性のいい料理を知ること、

日本酒はもっとおいしくいただくことができます。

料理とのペアリングをぜひ楽しみましょう。



aff 2月号
特集一覧は
こちら>>



Follow Me !

instagramも更新中！