
人気の「塩麹なべ」を徹底比較

[日経ウーマンオンライン\(日経ウーマン\)](#) 11月22日(木)12時30分配信

今年も鍋シーズンが到来した！「今年の冬、チャレンジしたい鍋はどれですか」というWEB調査（マ



今年も鍋シーズンが到来した！「今年の冬...

ルコメが実施)によると、トマト鍋が8%、豆乳鍋、キムチ鍋・チゲ、チーズフォンデュが各6%、チーズ鍋5%、坦々鍋4%となっている中、31%と群を抜いてトップに輝いたのが「塩麩鍋」だ。塩麩ブームがとうとう鍋料理にもやってきた！“おうち鍋派”も“外食鍋派”も、今年注目の「塩麩鍋」をチェックしよう！

[【詳細画像または表】](#)

まずは“おうち鍋派”必見の家庭用の鍋スープから。

キッコーマンの「塩麩でつくる白湯鍋スープ」は、濃縮5倍の白湯スープと塩麩が別々にパックにされている商品。あらかじめカットした鶏肉を塩麩に15分漬けてから、鶏がらととんこつ味の白湯のスープにその鶏肉と野菜を入れて煮込むというもの。あえてひと手間加えて作るというものだ。

同社コーポレートコミュニケーション部の稲垣さんは、「昨年発売した『醬で肉を炒めるキムチ鍋スープ』がスープと醬を別にし、醬で肉を炒めるというひと手間を加えたところ、お客様から好評だったため、今回も塩麩とスープを別にして、ひと手間加えるという形をとりました」と説明する。

さっそく筆者も試作&試食してみたのだが、塩麩に漬けてひと手間は確かに必要なのだが、漬けている間に野菜を切ったりするので、“わざわざ感”は感じられなかった。ビニール袋にカットした鶏肉と塩麩を入れて、手でもみ込んで15分放置し、沸騰した鍋に鶏肉を入れたらビニール袋はそのまま捨てられるので、洗いものも増えなかった。意外に簡単。

食べてみると、塩麩に漬けてひと手間は確かに必要なのだが、漬けている間に野菜を切ったりするので、“わざわざ感”は感じられなかった。これはおいしい！濃厚な鶏がらとんこつ味の白湯スープに、塩麩は隠し味程度に加わっているので、まろやかな風味でどくなく、どんどん食が進んで、シメの卵雑炊まで完食。しかもこのスープは4500mgものコラーゲンを含んでいるとか！乾燥肌に悩むことが多いこの時期に、女性には特におすすめかも。

次は、マルコメの「プラス糶 塩糶鍋」。こちらは6倍に濃縮されたスープの素が入っている。鶏だしベースのスープに塩麩が加えてあるので、それで肉や野菜を煮込むというもの。まろやかでやさしい味

なのだが、生姜もプラスされているのでキリッとした爽やかさもある。

同社PR課の松井さんは、「この商品は、家族と一緒に麹を取り入れたい、という方のために開発しました。食べるものを意識して選ぶ方のために、化学調味料・無添加で仕上げました。主に、家族の健康を意識する主婦向けの商品です」と説明。これは“スパウトタイプ“(キャップ式)なので、1回で使い切らなくて良いところも大きな特徴で、これだと1人前から作れて経済的だ。“おひとりさま”にはこちらがおすすめかも。意外に鍋だけでなく、このまま肉や魚に漬けて焼いて食べてもおいしいかもしれない。

次に、ヤマサ醤油の「塩麹鍋つゆ」。豆乳と塩麹を合わせたストレートタイプのスープだ。豆乳のやわらかな味わいに、日本古来の万能調味料といわれる塩麹の旨みが加わり、しみじみと味わいたい濃厚な風味。「近年、ラーメンや飲料などの食品業界で『濃い』『濃厚』をキーワードとする商品が多数登場し、多くの人に評価されています。そこで鍋つゆに関しても『濃厚』な味が求められていると考え、これをテーマにして濃厚味の『塩麹鍋つゆ』を発売しました」と同社宣伝広報室の大鹿さんは話す。

次は、“外食派”におすすめの「塩麹鍋」！しゃぶしゃぶも。

居酒屋で人気の「塩麹鍋」

ここからは“外食派”におすすめの「塩麹鍋」を紹介しよう。

地魚・地野菜・地酒と地産地消がコンセプトの居酒屋「さか海」(東京・町田)は、「朝ドレ鮮魚とやまゆり豚・地野菜の塩麹しゃぶしゃぶ鍋」を11月12日から冬季限定で提供している。

具材は相模灘で捕れた漁港直送の朝獲れ鮮魚や、神奈川県産のブランド・やまゆり豚、横浜・綾瀬を中心とした新鮮な地野菜など。「この鍋の魅力のひとつは地元の食材を多く使っているということ。つまり食材の鮮度が抜群にいいということです。だから素材本来の持ち味を堪能していただくために、シンプルな味わいのだしにしました」と店長の平石さん。

使っているのは鰹だしと塩麹のみ。ちなみに塩麹は町田市にある井上糰店の塩麹を使用。さらにシメには、神奈川県津久井名産のせき麺(うどん)をメニューに加える予定だという。トレンドの塩麹鍋というだけでなく、神奈川の“ご当地鍋”でもあるようだ。

次は、竹取物語の幻想的な空間をコンセプトとした居酒屋「竹取百物語」（東京・池袋）の「清流鶏とキノコ三味の胡麻塩こうじ鍋」。こちらは鶏がらと和風だしのあっさりした塩味ベースのスープに、塩麹に漬け込んで和えた岩手県産清流鶏とたっぷりのキノコを一緒に煮た鍋。

同社広報の江角さんは、「当社の料理長が、毎年、冬の鍋の傾向をチェックしているのですが、塩ちゃんこ系と辛み系の鍋が安定して人気があることに注目し、そこにトレンドである塩麹を取り入れて開発しました」と説明する。つまり今回は“塩ちゃんこ系 + 塩麹”という発想から生まれたということか。

江角さんは続ける。「また、塩麹という発酵食品の特徴を鍋に生かすことを考えると、スープに溶け込ませるよりも肉に使用した方が効果的と考えました」。先に最初に紹介したキッコーマンの「塩麹でつくる白湯鍋スープ」もそうだが、塩麹をスープに加えるのではなく、“肉を漬け込む”スタイルの「塩麹鍋」が、“塩麹鍋のトレンド最前線”なのかも。ちなみにこの商品は、同店で提供している鍋メニューの中でも1、2位を争う人気商品だそうだ。

「塩麹鍋」と一言で言ってもいろいろあった。ベースとなるスープが塩味なのか、鶏ガラ味なのかによって鍋の味はぜんぜん違うし、塩麹に肉などを漬け込むスタイルかどうかでも鍋の味わいは違ってくる。さらにしゃぶしゃぶにするスタイルまであった。「塩麹鍋をもう食べた」という方も、まだの方も、今年の塩麹鍋は一度では知り尽くせない奥深さがあるようですよ。

取材・文 / GreenCreate

【関連記事】

[「南部一郎」って誰？...11月からが旬です](#)

[スカイツリーも！今年は「ご当地おせち」](#)

[驚きのワゴン販売も！注目の秋スイーツ](#)

[塩麹vs塩ヨーグルト！どっちの唐揚げが美味？](#)

[今どきの「本格グルメお料理キット」最前線](#)

最終更新:11月22日(木)12時30分