

# Table Ocean Paper

The third Yasuda Building 2F 1-9-5, Kyoumachi-ori, Nishi, Osaka / TEL:06-6225-2770 / FAX:06-6225-2773

## KONGETSUNOMISE

無農薬の素材にこだわり、毎朝杵と臼で作るつきたてのお餅は保存料を一切使用せず、すべて手作りで餅本来の美味しさを味わえるお店、日月餅さんで開催中のイベント「陶粉画と立体の展示」をご紹介します。



3号店の新町店にて、2月1日～3月19日の期間中、空間デザイナー・柳原照弘さんの設計による研ぎ澄まされた空間の店内を、関西初出展の陶作家・尹熙倉（ユン・ヒチャン）さんの柔らかな表情の作品が空間を静かに異変します。

## ～イベント期間限定商品～ 『在る餅』



氷餅をまぶした柔らかい求肥で上品な甘さの黄身餡を包んだ限定品です。数に限りがありますので、ご予約いただくと確実です。期間中の各週末に店内で召し上がって頂けます。尹さんの作品にどことなく似た表情に見える「在る餅」は優しく心が和らぐ美味しさです。現代美術のコレクターとしても有名な日月餅の店主は和菓子とアートを伝えたい思いで新町店を出店されました。柳原さんは新町店の設計をする際に、お餅そのものが主役になり、お店の前

の道を通る人とお餅との距離・空間を一番大切にされたのだそう。内装に和素材は一切使用せず、RCと黒皮鉄板を使用することで今まで見たことのない和菓子店をつくりだしています。見る人の好奇心をそそる空間となっています。

尹さんは「そこに在るもの」というテーマの作品を20年以上作られています。尹さんが作りだす作品は、展示する場所によって見え方や表情が違ってみえるので、見る人を惹きつけ、魅力的です。お店の开店時間に来られて、人がいないときに贅沢に空間を楽しんでほしいとのこと。作品は店内5箇所に展示されています。是非この期間中にお餅と作品と空間が織りなす世界を楽しんでください。

### 日月餅新町店

大阪市西区新町1丁目17-17 新町ハウス  
1階  
TEL.FAX 06-6536-0805  
<http://nichigetsumochi.jp/>

## PHOTO LESSON

カメラ初心者の私、川本がプロカメラマン出合コウ介さんに弟子入りをして、リコーCX2を使ってお料理の撮影方法をレクチャーして頂きます！



### Second Step

逆光をつくり、より美しく

屋外で記念撮影や人を写すとき、逆光（被写体の後ろから光が射している状態）で撮ると顔が暗く写ってしまうので、純光（被写体に向かって光が射している状態）がきれい！…ところが、お料理を撮影する場

合は、純光より逆光で撮るほうがきれいに写すことができます。

1月号で取得した“ズーム”を最大に効かせ、逆光と純光、それぞれの光でザッハトルテを撮影してみました。

Aの純光で撮った写真は、暗くてツヤ感もなく、のっぺりとした立体感に乏しい写真になっているのに対し、Bの逆光で撮った写真は、明るくてコーティングチョコがツヤツヤとして見えます。逆光で撮影する際に、あまりにも影が気になる場合は、真っ白なレフ板（ご家庭で使用する場合は白い紙でも効果的）を使うことで逆光による影が和らぎ、被写体をより美しく明確に撮ることができます。



←A:純光で撮った写真。



←B:逆光で撮った写真。

※A・B共に窓際で自然光を利用した撮影。

ちょっとしたことに気をつけるだけで、写真が上達！キレイに撮れると気持ちがいい！カメラって楽しいですね！

### Next Step

アングル（被写体に対するカメラの角度）に変化をつけて、写真に異なる表情を

# TABLE JOUIR

最近、西川功晃シェフは色々なことが気になっているらしい…

マイケル・ジャクソンの影響でムーンウォークを練習中の長男・こうへい君の下の歯が抜けたきり…ちゃんと生えてくるのかな…それが気になる。



↑1月のシェフレッスン光景

コム・シノワのオーナー・莊司索シェフの作り出すものが興味深い。

オネストカフェで提供されているランチメニューが進化していて、料理構成が楽しい。パンメニューを考えることもある莊司シェフは、料理人としての感覚や感性を活かしてパンを作り、アレンジがされていてその発想がおもしろくて美味しいんです。

と、西川シェフ。

莊司シェフの作ったシナモンシュガーのドーナツやワッフル、ブロッコリーツナが入ったパン、どれも美味しかったです！

## Honest Café (オネストカフェ)

神戸市中央区御幸通 7-1-15 三宮ビル  
南館地階  
TEL 078-242-1502  
<http://www.comme-chinois.com/>

## CHEF'S TABLE

### 松島朋宣シェフ

1月メインは「鶏モモ肉のクリーム煮  
〜マッシュルームとタリアテッレ」



本格的なクリームソースだけど、自宅で再現ができる、また応用がきくので2度も3度も美味しい！そんな松島シェフのレッスンはお料理のテクニック・ポイントが充実してるんです！理論的な観点からの説明でわかりやすく、なんといいかもトークがおもしろい。笑いがたえないお腹も心も満腹のレッスンでした！

## DAIKON

旬の大根を収穫してきました。大根をぐいぐいとひっぱるのですが想像以上に重労働…経験してみることで、今まで以上に大根のありがたみを実感します。

### 【栄養】

大根にはビタミンCが豊富に含まれています。大根の成分で有名なのがジアスターゼ。脂肪・タンパク質・澱粉などに作用する消化酵素であるジアスターゼは消化促進や二日酔いにも効果があります。皮にはビタミンCがより多く、またピーマンや柑橘系に多い、ビタミンPも含まれています。大根おろしをするときは皮を丁寧に洗って皮ごと使うことが効果的だそう。むか～し、アルバイト先で和食の料理人さんが皮を細く切って、ザルで干して切り干し大根にしていました。

キンピラにも使えます。まさにエコクッキング！



大根の葉は根のより栄養が豊富。ビタミンA、ビタミンCが特に多いので、まだまだお肌の乾燥が気になる季節、葉付きの大根が売ってれば是非葉付きのものを購入してください。大根の葉は炒め物、煮物、漬物、味噌汁など気軽に使える食材です。

### 【保存方法】

根の栄養が葉にまわって成長するのを防ぐため、切り離して保存します。ただし、葉は傷みやすいので切ったらなるべく早く調理してください。

大根に含まれるアミラーゼのタンパク質分解酵素を利用して、タンパク質が豊富な貝類と一緒に調理することで貝類を柔らかく仕上げることができるそう。

Table Oceanでレッスンをしてくださる松島シェフはアワビの上に1~2cm厚さに切った大根をのせて日本酒をふりかけ、ラップでしっかり密着させて蒸すのだそう。また、サザエはたっぷりの大根おろしをのせて蒸す。そうすることで、ジアスターゼの分解酵素で柔らかくなるようです。

ジアスターゼは熱調理に弱い…といわれているのですが、蒸すので100℃以下なら熱調理にも耐えられるのでしょうか。。ジアスターゼの効果と熱の関係についてはまた調べて、追って報告します！

参照:JA 全農山口 HP 他

### ～編集後記～

2月はバレンタイン！ということで、バレンタインアンケートをお願いして生徒さん参加型の2月号にしようと考えていました。原稿を作成し松村に校正を依頼したところ「これではアンケートとは言えません。」って言われちゃいました×原稿は却下です…トホホ…(+o+)  
要因は色々あるのですが…なるほど、確かに…と反省＆勉強になりました。ご丁寧にアンケートにお答えくださった方々、時間をつかってもらったのにすみません；次回は違う形でお願いすると思いますが、その時はこりずには是非ご協力よろしくお願ひします m(\_ \_)m