

NHK「プロフェッショナル 仕事の流儀」にも登場！
こうじ屋ウーマン・浅利妙峰さんが今伝えたい麴レシピを一冊に
『**糀屋本店の手作り麴調味料で元気ごはん**』

健康を意識した様々なレシピを提案している株式会社オレンジページ(東京都港区)は、創業327年を超える「糀屋本店」の女将・浅利妙峰さんによる『**糀屋本店の手作り麴調味料で元気ごはん**』を8月5日(金)に刊行します。発酵食品として世界も注目する「麴」の健康レシピが満載です。



浅利 妙峰さん



糀屋本店(大分県佐伯市)

「麴」を知り尽くしたプロならではの麴レシピが満載！

古来から続く日本独自の食文化「麴」を広める〈こうじ屋ウーマン〉として、2007年から塩麴を使った料理教室を始めた浅利さん。2012年の「新語・流行語大賞」にノミネートされた「**塩麴ブーム**」の火付け役とも言われています。そんな浅利さんの最新の麴レシピ集では、今ではすっかりおなじみとなった「**塩麴**」に加え、しょうゆのうまみをバージョンアップさせた「**しょうゆ麴**」、砂糖のかわりに使える「**甘麴**」の作り方と、それらを使った絶品料理をたっぷり紹介しています。

■ 麴で毎日の料理作りがシンプルに！ 健康に！ の一石二鳥

酵素の宝庫である麴は「消化・吸収を助ける」「代謝、免疫力を上げる」といった体のシステム作りを助けたり、「腸内フローラ」を改善するなどたくさんの健康効果も期待されますが、塩麴など麴を使った調味料の魅力は、なんといっても**素材のおいしさを引き出してくれること！**余計な味つけをしなくてもおいしくなるので、料理作りがよりシンプルになります。

本書では、基本の調味料を、塩麴、しょうゆ麴、甘麴にかえてみるという観点からレシピを提案。麴でおいしさアップの定番おかずから甘さ控えめのおやつまで、全 69 レシピ収録しています。

【本書で紹介している麴 3 種とそれを使ったレシピの一例】

〈塩麴〉

→

「塩麴から揚げ」



下味として塩麴をもみ込めば、パサつきがちな胸肉でも麴の力でしっとり。揚げたてはもちろん、さめても◎。

〈しょうゆ麴〉

→

「しょうゆ麴の海鮮づけ丼」



刺し身をしょうゆ麴に漬けると、たんぱく質が分解され、うまみが増して柔らかに。まったりとしたおいしさです。

〈甘麴〉

→

「豚バラと卵のさっぱり煮」



甘麴をもみ込んだ豚バラ肉は、短時間でもしっとり煮上がり、脂もプリプリ。さっぱりとした甘さに仕上がります。

■8月6日(土) 出版記念イベントを開催！

昨年の開催で大好評を博した浅利妙峰さんの講演会。今年も本書の発売に合わせて、イベントスペース「オレンジページサロン」(東京・新橋)にて開催します。

浅利妙峰さん新刊『糀屋本店の手作り麴調味料で元気ごはん』出版記念イベント
『酵素が活きる 甘酒&甘麴講演会』

開催日 2016年8月6日(土)

開催場所 オレンジページサロン(東京都港区新橋 4-11-1 A-PLACE 新橋 5F)

開催時間 11:00~13:30/15:00~17:30

募集人数 40名/回

主催 株式会社オレンジページ

【イベント内容】

- ・浅利妙峰さんの講演
- ・糀屋本店の甘酒・甘麴の試食、甘麴の使い方
- ・麴を使ったワンプレート料理、デザートを試食
- ・糀屋本店の「甘糀」を使った発酵調味料を作るワークショップ
- ・糀屋本店(大分県佐伯市)の麴商品の特別販売
- ・サイン会(本購入者)

※参加募集の受付は終了しています。

浅利妙峰 (あさり みょうほう)

米糀の専門店として大分県佐伯市で元禄2年創業。327年以上続く「糀屋本店」の長女として生まれ育つ。2女3男の母。日本の発酵調味料の素となる糀の活躍の場を、もう一度家庭の台所に戻したいと一念発起し、塩麴や甘麴などの麴調味料を提案。これらを生かした“サツとできてグッとおいしい”料理レシピを開発。講演会や料理講習会などを通じ、国内外を問わず、豊かな麴文化の普及に努める。著書に『糀屋本店の塩麴レシピ』(PHP 研究所)、『ひとさじで料亭の味!魔法の糀レシピ』(講談社)など。

『糀屋本店の手作り麴調味料で元気ごはん』

8月5日(金)発売 本体 926円(税別)

<http://www.orangepage.net/books/1093>

A4変型判、アジロ、カバーつき、総ページ68ページ

<このリリースに関するお問い合わせ先>

〒105-0004 東京都港区新橋 4-11-1 株式会社オレンジページ

広報室 遠藤 press@orangepage.co.jp Tel 03-3436-8421 Fax 03-3436-8434