

# 暮らし彩る！スパイスセミナー

「中国料理に使われているスパイス」

講師：飯沼敬子さん(ハウス食品株式会社、スパイスマスター)



2014年6月5日(木) 10:30~12:00 参加者：女性 16名

今回は、中国料理に使われている胡椒、八画茴香(スターニス)、花椒(ホアジャオ)、唐辛子、五香粉、クミン、フェネルの紹介がありました。それぞれのスパイスに触れながら、特徴、歴史や料理活用術を教えてくださいました。

そして、花椒を使った中華ダレを作り、キュウリ、トマト、イカにかけて試食しました。



ペパーにはブラック、ホワイト、グリーン、ピンクがあります

ブラック→果皮ごと乾燥させたもの

ホワイト→果皮を取り除いてから乾燥させたもの

グリーン→緑の実をフリーズドライ製法などで乾燥させたもの

ピンク→実はペパーでなくウルシ科の植物で辛みはほとんどないそうです！！



胡椒の名前の由来は「胡」は古代中国で西の地域のこと、「椒」はひりひり辛いものという意味だそうです！つまり西域から渡来した辛い香辛料=胡椒というわけです。昔は遠くから運ばれてくる貴重なものだったのですね！

## 中華ダレ作り

乳鉢で炒った花椒を  
すります！

ヨイショヨイショ！

香りがしてきました。



ネギ、生姜のみじん  
切りと醤油大2、ごま  
油小1、酢小1を混ぜ  
てかけます♪



できあがり♪



美味しくいただきました！

前回参加された方より「タラгонをビネガーにつけて、玉ねぎにかけて食べると甘みがあって美味しかったです♪」とお伝え頂きました。

皆さんスパイスセミナーで学んだことを試されて、スパイスで食卓を豊かにされているようです。今回も参加者の方より「早速花椒を夕食に使いました！」との嬉しい声を頂きました。次回は9月を予定しております。是非ご参加ください♪

