



3 続 香港の食文化より 究極のスープ“頂湯” 金華ハムの香りとともに

黄金色に輝く澄んだ頂湯は「文菜華」のスペシャリティ。調味料は一切加えず、金華ハム、鶏肉、豚肉を一緒に蒸し上げ、素材のエキスだけを抽出したスープは、雑味がなく奥行きのある味わい。具材は、高級素材であるフカヒレと金華ハムのみ。手間をかけたスープの滋味をシンプルに楽しませる。

▶材料と作り方は126ページ



4 東南アジアの食文化より 天然車えびと美白茸の炒め シェフ考案の旨味ダレで

肉厚な天然車えびと体によいとされるあざ茸と美白茸（白雲茸の商品名）、金針菜、紅芯大根など、たっぷりの野菜を合わせた広東風の炒め物。従来のうま味調味料の代わりに、渡辺さんが考案した天然素材100%のオリジナルうま味調味料「万能きのこ調味料」で味付けする。調味料の旨味と塩気が、厳選した素材の持ち味を引き出す。

▶材料と作り方は126ページ

- 1 韓国の食文化より
信州産特秀りんごのフレッシュジュース
一口幸福 鮮果果汁
- 2 香港の食文化より
香港名物“焼味”の盛り合わせ前菜
併盛 猪肉 海皮 炸菜
・大連産特級クラゲの冷製
・茨城県産ローズポークの広東式叉焼
・豚トロ肉の叉焼 ブラックペッパーのアダセントで
・皮をカリカリに仕上げたアリスビーポーク
- 3 続 香港の食文化より
究極のスープ“頂湯” 金華ハムの香りとともに
湯 魚翅 火腿
- 4 東南アジアの食文化より
天然車えびと美白茸の炒め シェフ考案の旨味ダレで
炒菜 鮮蝦 美白茸 薑黄 金針菜
- 5 “番外編” 柏の食文化より 点心三種
点心 小籠包 猪肉 多春魚
・柏が取り組む高齢者就労モデルから生まれたオリジナル野菜「多春菜（デッキーナ）」を使った《ほれたばかりの多春菜“土”に見立てた醬とともに》
・柏が誇るおのこ焼餅「おのこポーク」を使った揚げワンタン
・冬瓜の蒸しもの、柏の「道立さんが作った香焼菜」のソースで
- 6 菜譜の歴史より
鴨肉と根菜の中国スパイスで香り付けした“冬”煮込み
焼き石にのせたスパイスの香りを添えて
主菜 鴨肉 牛蒡 蓮藕
- 7 和の食文化より アミノ酸を凝縮した活蝦夷あわびの中華丼
飯 鮮鮭 昆布 牡蠣
- 8 アジアを代表する果物より
カスタード団子入りココナッツミルクの温かいデザート
創品 西米 椰汁 湯圓

アジア諸国の食文化を 伝統技法で独創的な皿に

是日菜单 (シェフおすすめのディナーコース) 12600円

中国料理 文菜華

広東・揚州料理に斬新なアレンジを加えた料理を得意とする同店は、初めてのお客から常連客まで対応した5種のコースを提供。今回は「シェフおすすめのディナーコース」から、アジア諸国の食文化をベースにアンチエイジングのテーマも含めた、進化的な中国料理を紹介。香りや見た目の演出も効果的に使い、料理の印象を強めている。



オーナーシェフ
渡辺展久



1 韓国の食文化より 信州産特秀りんごのフレッシュジュース

りんごを多用する韓国の食文化からヒントを得た、食前酒ならぬ食前ジュース。信州の特秀クラスのサンフジを低速のジューサーにかけ、無調整果汁のフレッシュなおいしさをそのまま味わってもらおう。りんごは抗酸化作用をもつ成分を含み、アンチエイジングのテーマにある。



2 香港の食文化より 香港名物“焼味”の盛り合わせ前菜

部位と味付けを変えた3種の焼豚に、大連産くらげとザーサイの冷菜を添え、素材の歯応えと食感の違いを楽しませる前菜にした。咀嚼は内臓や脳の働きを高め、アンチエイジングにも効果的。焼豚は茨城県産の銘柄豚、ローズポークの肩ロース・バラ・トントロを使用し、高温で香ばしく焼き上げたパリパリの皮がアクセント。醤油と砂糖で調味したくらはげは、香り油で風味をプラスしている。ザーサイは塩もみして浅漬け風に、さっぱりとした口当たりで、焼豚のジューシー感と旨味を引き立てる。

1 りんごは抗酸化作用をもつ栄養素が豊富なため、コースの最初に飲んでほしい。腸への負担を軽くする。またおたやかな酸味には、食欲を刺激する効果も、すぐに酸化した色をしてしまわず、なるべく早く飲んでもらうように勧める。

2 焼物は、香港の食文化を語る上ではずせない料理。また広東料理の前菜の定番でもある。焼で焼くことで脂肪を飛ばし、食べやすく切ってガラスの皿に盛り、品よく洗練された一品に仕上げさせるのが「文菜華」のスタイル。

3 広東料理のコースの流れに違い、前菜の次はスープ。また繊細な旨味をじっくり味わってほしいので、お腹に余裕のある前菜や、味の濃い料理の前に出すようにしている。フタ付きの器で出し、開けたときにフワッと広がる香りも一緒に楽しんでもらう。次に続く料理への期待感を高める効果もある。

4 コース中盤に向けて徐々にポリウムアップしつつ、味付けはナンブラーベイスの塩味であっさりめに、ヘルシーで軽やかな味わいに加え、野菜の彩りやよきも魅力あふれるヘルシーで、美白効果も期待される美白茸は美白効果も紹介。お客様にこうした情報も紹介し、料理への関心をより高めてもらう。

7 和の食文化より アミノ酸を凝縮した 活蝦夷あわびの中華丼

和の食材と中国の調理法を用いたご飯もの。一夜干しにして水分を飛ばした活アワビを、乾物を油で戻す伝統技法を用いた昆布と、二湯とともにやわらかく煮る。海苔の濃厚な旨味を、さらに凝縮させてご飯にのせた。ガラスのフラワーベースを裏返し器に見立てた、斬新な盛り付けも驚きを誘う。

▶材料と作り方は127ページ



8 アジアを代表する果物より カスタード団子入り ココナッツミルクの 温かいデザート

温めたココナッツミルクにカスタードクリームを包んだ団子を浮かべた、アジア風のお汁粉。素材も器も雪のような白色で統一。寒い季節に合わせた体にやさしいデザートだ。

5 “番外編” 柏の食文化より 点心三種

地元柏市の特産品を使った点心を、モダンなスタイルで提供。高品質な霜降りの豚肉「幻霜ポーク」は揚げフワントンの具に。柏市が日本一の生産を誇るチンゲン菜はソースにし、スープでかるく煮た冬瓜にかけて色味を添えた。ミニサイズの鮨「多喜菜（タッキーナ）」は、高齢者就労のために生産を目指している新顔野菜。こうした品をレストランとして取り入れることで、手助けになればと考えている。土に見立てて揚げた粒マスタードを散らし、かわいらしい形と自然な味をそのまま楽しませる。



6 葉膳の歴史より 鴨肉と根菜の中国スパイスで香り付けした“冬”煮込み 焼き石にのせたスパイスの香りを添えて



冬に解禁となる鴨と冬に旬を迎える根菜類を、八角・陳皮・桂皮といったスパイスと一緒に煮込んだ。同じスパイスを焼き石にのせて添え、癒しの香りとともに味わってもらおう。また季節の植物も飾り、皿の中に美しい冬の風景を再現。このコースの注文は50～60代が多く、コースの中の1品でもあるので、かるい煮込み仕上げている。

7 餅の食事は、チャーハンや雑穀を出す場合もある。今回は奥介のアンノコを凝縮する手法から発想し、旨味が豊富な蒸し汁も一緒に味わえる丼物がベストと考えた。アワビは食べやすいひと口サイズに切ったから。

8 甘く温かい汁物は最後まで食べやすく、気分もほっとさせる。アジアを代表する果物で、コース全体の最後を飾る。

5 ひと口サイズのおしゃれな点心は、炒め物と主菜の間の着替めの役割。また目先を変えた演出で、コースにメリハリをつける。三角籠に巻いた紙は、出す時に料理にかぶせ、お客の前で取っただけというプレゼンテーションの演出。柏市の特産品と人口・農業従事者の数などのデータをプリントし、柏市の食のバックボーンを知ってもらうことで、料理の味わいをさらに深める効果もねらう。

- 1 韓国の食文化より
信州産特秀りんごのフレッシュジュース
一口幸福 鮮果果汁
- 2 香港の食文化より
香港名物「焼味」の盛り合わせ前菜
併盤 鶏肉 海皮 炸菜
- 3 統一 香港の食文化より
究極のスープ「頂湯」金華ハムの香りとともに
湯 魚翅 火腿
- 4 東南アジアの食文化より
天然車えびと美白茸の炒め
シェフ考案の旨味ダレで
炒菜 鮮蝦 美白茸 薑黄 金針菜
- 5 「番外編」柏の食文化より 点心三種
點心 小棠菜 糖肉 多喜菜
- 6 菓膳の歴史より
鴨肉と根菜の中国スパイスで香り付けした「冬」煮込み
焼き石にのせたスパイスの香りを添えて
主菜 鴨肉 牛蒡 蓮藕
- 7 和の食文化より アミノ酸を凝縮した活蝦奥あわびの中華丼
飯 鮮蝦 昆布 牡蠣
- 8 アジアを代表する菓物より
カスタード団子入りココナッツミルクの温かいデザート
甜品 西米 椰汁 湯圓



中国料理

ぶんさいか
文菜華

オーナーシェフ 渡辺展久

是日菜單 (シェフおすすめのディナーコース) 12600円

『中国料理 文菜華』のコースの種類

- ・セレクトコース 3990円(昼夜提供。22時ラストオーダー)
- ・今月のコース 5250円(昼夜提供。22時ラストオーダー)
- ・シェフおすすめのディナーコース 7350円・10500円・12600円(要予約)

※ほか、時期によっては季節のコースも用意

豊富なコースバリエーション
伝統技法と獨創性で表現

千葉県J.R柏駅近くに2007年「文菜華」を開業したオーナーシェフの渡辺展久さん。最近では地元のみならず、東京からも多くのお客が訪れ、開業以来安定した人氣を誇っている。渡辺さんが提供するのには、香港・揚州の料理をベースに、中国料理の伝統技法を用いつつ、アジア各国料理のエッセンスを取り入れた革新的な中国料理。元々、気候・風土の違うヨーロッパ料理と中国料理を融合させた、いわゆるヌーベルシノワには疑問を感じていた渡辺さんは、同時に中国料理がタイやベトナムなどアジア各国の料理に影響を与えてきた点にも注目。あくまで中国料理を基本としながら、アジアの食材や調味料などを巧みに使い、さらに食べる人の健康も気遣った、新しい中国料理に挑戦している。

また「単品料理と麺かチャーハンという注文ばかりでは、ラーメン店と変わらなくなってしまうので、最初からコースを看板メニューにするつもりでした」と渡辺さん。夜のコースはお客の要望に幅広く応える5種類を用意。前菜に始まりスープ・麵飯・ミニデザートから1品、主菜から3品を選ぶ3990円の「セレクトコース」は、店の特徴を知ってもらう入門コース。8品を月替わりで提供する5250円の「今月のコース」は、伝統的な広東料理と旬の味を楽しむワンランク上のコースで、コー

スの注文の7割を占める。7350円・10500円・12600円の「シェフおすすめ」のディナーコースは、その時々コンセプトと素材を7品の料理で表現する、渡辺さんの真骨頂ともいえるコースだ。

コース構成は、主菜を中心に前菜から徐々にボリュームアップするといった流れにはこだわらず、その時々、その日の表現したいことを中心に発想する。例えば、前菜にスパイスを効かせて最初にインパクトを強める場合もあれば、土鍋でご飯を提供し後半にサプライズ感を高めることも。またそれに合わせて、主菜を変える場合もある。

「料理の発想やコンセプトは、生産者を直接訪ねて手に入れた食材や、自然の風景、季節の移ろいなどからイメージをふくらませます。また味だけでなく香りや色使いなどにもこだわり、五感全てを刺激することで、お客様の記憶に残るような料理を心がけています」。

今回紹介した「是日菜單」は、中国がアジア諸国にもたらした食文化、アンチエイジング、全く新しいコース料理、という3つのテーマから生まれたもの。アジア各国の食文化からヒントを得て、アンチエイジング効果が期待される食材を使った料理は、現代のコース料理ならではの魅力を備える。「お客様にリピートしてもらうためにも、これからはレストランも健康に配慮した料理を提案してあげたいと思っています」と渡辺さん。様々な意味で、新しい中国料理を実現したこのコースは、登場以来さつそく評判を呼んでいるそうだ。

□ひたひたのタレで蒸す

アワビは調味だれに浸して蒸し上げる。調味だれが多すぎると、アワビと昆布の味がぼけてしまうので、アワビが隠れるひたひた位がよい。昆布の臭みとえぐみが出ないように、グツグツ煮込まず、90～95℃で蒸籠で加熱する。



材料 (5人分)

活蝦夷アワビ (100g) - 5個	醤油	4g
日高昆布 - 3cm角のもの 5枚	中国醤油	4g
*調味ダレ	胡椒・鶏油・老酒	各少々
二湯	水溶き片栗粉	少々
カキ油	鶏油	少々
ザラメ	ご飯	60g (1人分)
塩	芥蘭	1本 (1人分)

作り方

- 1 アワビは一夜干しにして25%の水分をとばし、アミノ酸を凝縮させる。熱湯でさっと茹で、きれいに掃除する。
- 2 180～200℃の油で日高昆布をさっと揚げて取り出し、熱湯をかけて油抜きする。
- 3 中華鍋に調味ダレの材料を入れてかき混ぜる。パットにアワビを入れて調味ダレを注ぐ。昆布をのせてキッチンペーパーをかぶせ、蒸籠で1時間30分ほど蒸す。
- 4 調味ダレを中華鍋に移して加熱し、味が濃い場合はスープ、薄い場合はカキ油などで整える。水溶き片栗粉でとろみをつけ、仕上げに鶏油を垂らしコクと照り、香りをつける。
- 5 器にご飯を盛って昆布1枚をのせ、その上に切ったアワビをのせる。調味ダレをかけ、茹でた芥蘭を添える。



住所 / 千葉県柏市東上町2-2
電話 / 04-7164-5211
営業時間 / 11時30分～14時30分 (14時ラストオーダー)、17時30分～23時ラストオーダー
定休日 / 月曜日 (祝日の場合は翌日に振替)
料率・席数 / 12坪・1階14席+2階個室6～10席

作り方

- 1 車エビは頭と殻を外し、背ワタを取る。水でよく洗って水気をきり、塩・片栗粉各適量 (分量外) をまぶして汚れを落とす。流水で洗しながらよく洗う。タオルに巻いて水気をしっかりとる。
- 2 エビに下味を入れる。ボウルに片栗粉以外の調味料を入れてよく混ぜて溶かし、片栗粉を加えてさらによく混ぜる。エビを加えてよく混ぜ、さらにエビの弾力が増すようにたたきつける。約30分おき、油を加えてかき混ぜる。
- 3 沸騰した湯に老酒少々 (分量外) を入れ、エビを入れてさっと加熱したら火を止め、中心が少しレアの状態まで加熱して火を通す。
- 4 美白茸とあざ茸はひと口大に切る。紅芯大根は薄いいちよう切りにする。黄ニラは3cm長さに切る。
- 5 170℃の油できのこを揚げ、香ばしさを引き出す。低温だと油を吸うので、比較的高温で揚げる。香りが立ちきつね色になる直前に、紅芯大根と金針菜を加え、油通しをして取り出す。熱湯に塩・油各少々 (分量外) を入れてきのこ野菜を湯通しし、余分な油を抜く。
- 6 万能きのこ調味料を作る。ボウルにきのこのパウダー2種と塩を入れ、沸かしたスープを注ぎ、ナンブラーを加える。よくかき混ぜ、キッチンペーパーを敷いたザルで漉す。
- 7 中華鍋に油をなじませ、生姜、ねぎ、ニンニクを入れて強火で熱し、エビと野菜を入れて炒める。万能きのこ調味料をまんべんなくかけ、手早く炒める。黄ニラを最後に加えて仕上げる。

和の食文化より
アミノ酸を凝縮した
活蝦夷あわびの中華丼
飯 鮮鮑 昆布 牡蠣



▶ 29ページ

ポイント

□昆布は水でなく油で戻す

伝統的な乾物の戻し方「油揚げ」で昆布を戻す。水で戻すと旨味が流れ出てしまうので、油で揚げ中に凝縮させる。



『中国料理 文菜華』(26～29ページ)のレシピ紹介

東南アジアの食文化より
天然車えびと美白茸の炒め
炒菜 鮮蝦 美白菇 莖黄 金針菜



▶ 27ページ

ポイント

□あざ茸を活用

あざ茸はエリンギや白靈茸の仲間、まだ生産量の少ない希少なきのこ。旨味成分が豊富だとされ、そのまま食材として、またパウダーにして旨味調味にも活用。



□茸パウダーはスープの中で煮立てない

きのこはアレルギーが少なく、万能調味料の旨味成分に最適だと考えた。ボウルに入れた2種類の茸パウダーに沸かしたスープを注ぎ、95℃位で合わせると、きのこの香りがふくらみ栄養成分も損なわれない。このベースに他の調味料を加え、炒め物や煮込みなどに応用。

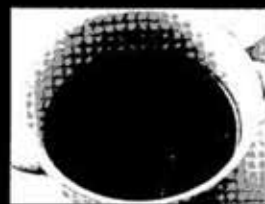


材料 (2人分)

天然車エビ (13-15サイズ)	黄ニラ	20g
2～4尾	金針菜	80g
*下味	以下全量より20g	
塩	あざ茸パウダー(※)	5g
砂糖	えのき茸パウダー(※)	3g
鶏骨	塩	20g
卵白	二湯	350g
片栗粉	ナンブラー	40g
キャノーラ菜種油	生姜 (薄切り)	3～5枚
適量	長ねぎ (薄切り)	3～5枚
美白茸 (白靈茸)	ニンニクみじん切り	1g
1/2株		
あざ茸		
1/2株		
紅芯大根		
少々		

※茸のパウダー2種は、オーブンと天日で乾燥させ、ミルでパウダー状にしたもの。

続 香港の食文化より
究極のスープ「頂湯」
金華ハムの香りとともに
湯 魚翅 火腿



▶ 27ページ

ポイント

□スープは煮込まず蒸す

店のスペシャリテでもあるこの「頂湯」は透明感が命。蒸籠蒸しは対流がおだやかなので、見た目も味も濁らない。龍蝦肉はほのかな甘みと色の調整に。胡椒は臭み消しの役割。



□高低差をつけずにスープを漉す

スープは高い位置から漉すと、下に落ちた衝撃でえぐみが出る。必ず低い位置で静かに漉すこと。

材料 (4～5人分)

*スープ	フカヒレ	少々
水	火腿 (金華ハム)	スライス1枚
700ml		
豚モモ塊肉		
600g		
老鶏		
600g		
火腿 (金華ハム)		
200g		
龍蝦肉		
5g		
白粒胡椒		
2g		

作り方

- 1 豚モモ肉と老鶏は約5cm角に切る。熱湯で茹で、アクと汚れを取り除く。
- 2 ①とスープの残りの材料をすべてボウルに入れてラップをし、蒸籠で約6時間蒸す。
- 3 蒸し終えたらザルにキッチンペーパーを敷き、静かに漉す。
- 4 器に戻して下処理したフカヒレとスライスした金華ハムを入れ、②のスープを注ぐ。