

【生活トレンド研究所レポート 2015 vol.1】

「調味料」の専門家が今年流行しそうな“万能調味料”を徹底予測 甘味、辛味、酸味など複雑な味が楽しめる 中国・四川発の「怪味(かいみ)」が最注目調味料！

家やスーパーにある調味料を混ぜるだけででき、他の調味料を「ちょい足し」するだけで揚げ物や粉ものなどどんな料理にも合わせることが可能なことが“今年流行”の理由

株式会社オールアバウト（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長 兼 CEO：江幡哲也）が運営する「生活トレンド研究所」は、2015年第1弾のレポートとして「2015年に流行しそうな“万能調味料”」をまとめました。

調味料は、古くは「砂糖」「塩」「醤油」「味噌」などがありますが、昨今では2009年頃に「食べるラー油」、2011年頃に「塩こうじ」、そして昨年には「塩レモン」などといった、一風変わり種ですが“万能性”のある調味料が主婦層を中心にブームとなっています。そこで、「生活トレンド研究所」では、調味料に詳しい専門家（ガイド）と共に新たに話題になりそうな“万能調味料”について、次のように予測しました。

■「生活トレンド研究所」のURL：http://allabout.co.jp/trend_lab/

【サマリー】

1) 昨年末あたりから話題になっている調味料が、中国・四川省出身の「怪味」。 鶏むね肉を使った唐揚げや蒸し鶏、豆腐やサラダに合うと評判に

「怪味」とは、中国・四川省生まれの調味料で、辛味、甘味、酸味、塩味に加え、“しびれ”や香り高さも加わった混合調味料。芝麻醤をはじめ、花椒（ホワジャオ）、豆板醤、ごま油、醤油、砂糖、酢、香味野菜などが入っているだけあり、味わえば味わうほど複雑な味が楽しめるのが特徴です。この「怪味」は、本場のはかなり辛味やしびれが強いそうですが、日本ではマヨネーズなどで“コク”を追加することによってよりマイルドにした「怪味ソース」として唐揚げ専門店などで提供されるようになり、インターネットなどを中心に話題となっています。

2) マヨネーズなど、他の調味料を“ちょい足し”することでどんな料理にも合う！ まさしく「怪味」は今年最注目の“万能調味料”

All About「調味料」ガイドの青木敦子氏は、「怪味」が今年流行しそうな理由として次の2点を挙げています。

- 材料を混ぜるだけで完成する「怪味」は、食べたいときに食べることができる便利な調味料
- 基本的な「怪味」を作っておき、そこにマヨネーズなどを加えるだけで様々な料理に合うソースに早変わり

3) 専門家が基本の「怪味」と“ちょい足し”レシピを伝授！ 週末に作り置きするだけでスープやトースト等にも活用できるメニューを紹介

「調味料」の専門家による、1週間程度作り置きができる「怪味」レシピと、“ちょい足し”アレンジ術、スピード料理のレシピを紹介いたします。

1) 昨年末あたりから話題になっている調味料が、中国・四川省出身の「怪味」。 鶏むね肉を使った唐揚げや蒸し鶏、豆腐やサラダに合うと評判に



今年流行りそうな「万能調味料」として生活トレンド研究所が注目したのは、昨年末あたりからWebメディアなどを中心に話題になっている「怪味（かいみ）」です。

「怪味」とは、中国・四川省生まれの調味料で、辛味、甘味、酸味、塩味に加え、“しびれ”や香り高さも加わった混合調味料です。

芝麻醤をはじめ、花椒（ホワジャオ）、豆板醤、ごま油、醤油、砂糖、酢、香味野菜などが入っているだけあり、味わえば味わうほど複雑な味が楽しめるのが特徴です。中国では「怪味鶏」という、満漢全席にも登場する由緒ある料理の調味料としても使われているように、特に鶏肉との相性が良い調味料ですが、現地ではほかにも豆腐にかけたり、麺にあえて提供しているお店もあるそうです。

この「怪味」は、本場のものはかなり辛味やしびれが強いそうですが、日本ではマヨネーズなどで“コク”を追加することによってよりマイルドにした「怪味ソース」として唐揚げ専門店などで提供されるようになり、話題となっています。さらに、銀座にある台湾屋台料理店「来來」では「台湾風マヨネーズサラダ」に“怪味”が使われていたり、武蔵境にある四川料理店「好好」では「怪味やっこ」や「怪味鶏」、「怪味麺」といったメニューが展開されています。

↑「金のとりから」渋谷センター街店・からあげにつけるスパイス（ソース）ランキングより（1月14日現在）

2) 「怪味＋マヨネーズ」など、「怪味＋α」でどんな料理にも合う！ まさしく「怪味」は今年最注目の“万能調味料”

All About「調味料」ガイドの青木敦子氏は「怪味」について次のようにコメントしています。

■ 材料を混ぜるだけで完成する「怪味」は、食べたいときに食べることができる便利な調味料

昨年流行った「塩レモン」はモロッコ生まれの調味料。家にある、あるいはスーパーなどで簡単に手に入る調味料で作ることができ、かつ作り方も簡単であることで話題となりました。「怪味」も同じく海外（中国）が発祥の地で、家にある、あるいはスーパーなどで手に入る調味料を混ぜるだけで作ることができますので、新たに今年流行する調味料ではないかと注目しています。また、「塩レモン」は完成するまでにある程度の期間を要しますが、**「怪味」は材料を揃えれば混ぜるだけで完成しますので、食べたいときに食べることができる**という簡便さも流行する要因の一つとして挙げられるでしょう。

■ 基本的な「怪味」を作っておき、そこにマヨネーズなどを“ちょい足し”するだけで様々な料理に合うソースに早変わり

さらに、今回紹介する本場のものより辛味としびれの要素を“ピリ辛”程度に抑えた基本的な「怪味」は、小さなお子様でも食べることができると思います。この「怪味」をある程度作っておけば、家にある他の調味料、例えばマヨネーズや中濃ソースなどを“ちょい足し”することによって、揚げ物やお好み焼きといった粉もの、そうめんやうどんなどのつけだれといった**幅広い料理に使うことができる**というのも主婦層に受け入れられる要素となります。

3) 専門家が基本の「怪味」と「ちよい足し」レシピを伝授！

週末に作り置きするだけでスープやトースト等にも活用できるメニューを紹介

■基本の「怪味」レシピ

【材料】

砂糖	大さじ 2 1/3 杯
酢	大さじ 1 杯
醤油	大さじ 2 杯
豆板醤	小さじ 1 杯
ラー油	小さじ 1 1/2 杯
練りゴマ（白）	大さじ 2 杯
生姜のすりおろし	小さじ 1/2 杯
ニンニクのすりおろし	小さじ 1/2 杯
葱のみじん切り	5 cm
花椒（粉）	小さじ 1/2 杯
ナンプラー	小さじ 1/5 杯（ナンプラーが無い場合は醤油大さじ 1/3 を追加）

【作り方】

・全ての材料をよくまぜあわせ、ソースを作ります。

■基本の「怪味」活用レシピ“ピリ辛おにぎらず”

【材料】

ご飯	300 g
焼きのり（全形）	1 枚
ツナ缶	1 缶（80 g）
葱	5 cm
基本の「怪味」	大さじ 2 杯

【作り方】

- 1) ボウルに油を切ったツナ缶、みじん切りにした葱、怪味をよく混ぜあわせます。
- 2) 海苔は 4 等分に切ります。
- 3) 海苔 1 枚にご飯を 75 g 程度ずつのせ、その上に 1 を 2 等分したものを塗り、挟みます。半分に切ってお皿に盛ります。



■「怪味」のおすすめ“ちよい足し”アイテム

【おすすめ①】

怪味	大さじ 1 杯
中濃ソース	大さじ 1 杯



フライものの般のソースとして、粉もの（お好み焼きやチヂミ）のソースなどに合います。

【おすすめ②】

怪味	大さじ 1 杯
焼き肉のタレ（中辛）	大さじ 1 杯



卵料理全般（卵かけご飯や目玉焼きなど）、そうめんやうどんなどと和えたり、納豆などにも合います。

【おすすめ③】

怪味	大さじ 1 杯
マヨネーズ	大さじ 1 杯



鶏料理（からあげ、蒸し鶏等）、サラダ、豆腐（冷奴や湯豆腐）、フライドポテトなどに合います。

■「ちよい足し怪味」を使ったおすすめレシピ“蒸し鶏入りサラダ”

【材料（2 人分）】

鶏胸肉	1 枚
酒	大さじ 1 杯
怪味+マヨネーズソース	大さじ 4 杯
ブーケレタス（またはレタス）	4 枚
パプリカ（赤・黄）	各 1/4 個
ベビーリーフ	1 袋（約 40 g）
トマト	1/2 個
怪味+マヨネーズソース	大さじ 2 杯



【作り方】

- 1) 鶏胸肉は厚さを均等にし、耐熱皿にのせてお酒を振りかけ、ラップをして 500w のレンジで 3 分程度温め、裏返して更に 2 分程度火が通るまで温めます。薄くスライスし、ボウルに入れて怪味+マヨネーズソース（大さじ 4）を和えます。
- 2) ブーケレタスは食べやすい大きさにちぎり、トマトは 8 等分のくし型切りにし、パプリカは千切りにしておきます。
- 3) ボウルに 2)、ベビーリーフ、怪味+マヨネーズソース（大さじ 2）を入れて混ぜ合わせ、1）を加えて更に混ぜ、良く馴染んだらお皿に盛りつけます。

■「怪味」を使ったスピード料理

①ピリ辛「怪味」スープ

【材料（2 人分）】

水	400ml
基本の「怪味」	大さじ 6 杯
鶏ささみ	1 本
葱	10 cm

【作り方】

- 1) 鍋に水、怪味、鶏ささみを加えて火にかけます。
- 2) ささみに火が通ったら取り出して、裂いておきます。
- 3) 1) の鍋に 2)、小口切りにした葱を加えて一煮立ちしたら、器に盛りつけます。



②ピリ辛納豆チーズトースト

【材料（2人分）】

食パン	2枚	（飾り）
トマト	60g	パセリのみじん切り/適量
納豆	2パック	ベビーリーフ/適量
ピザ用チーズ	50g	
基本の「怪味」	大さじ3杯	
オリーブオイル	適量	

【作り方】

- 1) ボウルに1cm角に切ったトマト、納豆、怪味ソースを加えて良く和えます。
- 2) 食パンの表面にオリーブオイルを塗り、1)をのせます。最後にピザ用チーズを散らします。
- 3) オーブントースターで7～8分程度焼き色が付くまで焼き、パセリのみじん切りを散らします。
- 4) お皿に盛りつけて、ベビーリーフを飾ります。



■All About ガイドプロフィール



「調味料」ガイド 青木 敦子（あおき あつこ）

料理研究家・栄養士。イタリアを中心に40回以上渡欧して各地で料理を学び、現在イタリア料理教室を主宰。ほかにもテレビ番組のフードコーディネーターをしたり、オリーブオイルソムリエとしてセミナー講師をするなど、幅広く活動中。

「生活トレンド研究所」について http://allabout.co.jp/trend_lab/

「生活者のトレンドと未来をひも解くマーケティング・チャンネル」であることをミッションに掲げ、総合情報サイト「All About」で活躍する住宅、マネー、健康、グルメ、一般消費財等、様々な領域における専門家（＝ガイド）が研究員となって、企業と生活者がより良い関係性を構築するための調査、市場分析を行なっています。その分野における高い専門性はもちろんのこと、生活者・実務家としての考えや想いも兼ね備えた「All Aboutガイド」ならではの分析・考察を重ねることで、表面的な定量データでは捉えられない新たな潮流や課題を浮き彫りにしていきます。

本件に関する報道機関からのお問い合わせ先：

株式会社オールアバウト 広報担当：大竹、大貫
TEL：03-6362-1359 FAX：03-6682-4229
E-mail：pr@staff.allabout.co.jp

《引用・転載時のクレジット表記のお願い》

本リリースの引用・転載の際は、必ず「生活トレンド研究所の調査」である旨を示すクレジットを明記していただけますようお願い申し上げます。