

# 美味しさを調理学から考える

東京聖栄大学  
吉田 光一

- ・おいしそう
- ・おいしい
- ・おいしかった

◎おいしそう

- ・切り方
  - ・色合い
  - ・盛り付け
  - ・香り
  - ・味の組合せ
- きれい

◎おいしかった

- ・満足する
- ・また食べたい

## ◎おいしい

**調理**⇒食材→切る→加熱→調味→盛り付け  
+ 盛り付け + 器 + テーブル

食材・・・選ぶ

・選択肢を広げる



・同じ価格で何に変えられるか？

・切る

下処理をしてどう切るか



どこまで、できるか？

## ①切る

- 同じものは同じ大きさに切る



- 熱・味が均一に入るようにするため

## ②下味付けをする

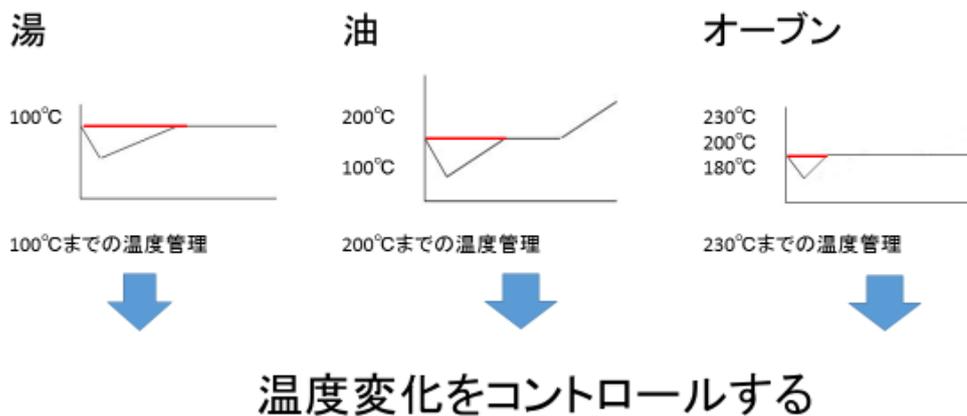
- 主材料にきっちりとした味をつける
- 全体のバランスをとる



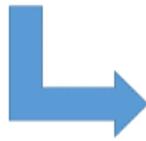
## 加熱する

- 茹でる(どのくらい茹でる・時間)
- 蒸す(火加減は?)
- 煮る(調味料を入れるタイミング)
- 焼く(下味)
- 揚げる(いつ油から取り出す)

## 加熱する



•合わせる



量を考える

盛り付ける

- 器の空間をどうみせるか
- 杉盛り
- シンメトリー
- アシンメトリー
- 攻め盛り

## 合せ調味料

### 例1) 合せ酢

九一	酢+塩
二杯酢	酢+塩+正油
甘酢	酢+塩+砂糖
三杯酢	酢+塩+砂糖+正油
土佐酢	酢+塩+砂糖+正油+出汁

どんな調味料を使っているか？

### 例2) 糖酢

スープ	} 3同割
酢	
砂糖	
ケチャップ	
正油	

↓  
どんな割合(配分)を使っているか？

例3)ソース

$$(A+B+C) \div 2 = D$$

$D \neq D$

$$\frac{A}{2} + \frac{B}{2} + \frac{C}{2} = D$$



どこまで煮詰めているか？

- ・仕上げ
- ・味を見る
- ・香りをどう使う → 例 葱 生姜 にんにく  
香草パウダー  
山椒 わさび からし
- ・作った人が満足してから出す