

報道関係者各位

## Braunを使って母の日に時短料理を作ろう！ 『妻に一目置かれる！パパの為の時短料理テク講座』開催

デロンギ・ジャパン株式会社（本社：東京都千代田区 代表取締役社長：杉本敦男）が展開するブラウン ハウスホールドは、2017年4月25日（火）、世界初の“スマートスピードテクノロジー”を搭載した、市場シェアNo.1ハンドブレンダー「マルチクイック 7 シリーズ」を活用した「妻に一目置かれる！パパの為の時短料理テク講座」を、テノハ代官山にて開催いたしました。



（左から村樫・中辻氏・山田氏・参加者の皆様）

本イベントは、母の日に「ブラウン マルチクイック 7 シリーズ」を使って時短料理を作ろう！というテーマの元、料理家 中辻健太氏と専業主婦/家事ジャーナリスト 山田亮氏をゲストに迎え、10名の男性にご参加いただきました。中辻氏による料理教室では「ブラウン マルチクイック 7 シリーズ」を活用したパスタ・ハンバーグ・スープの3品をご紹介、また、山田氏の考える「ママを助きたいパパの心得5箇条」を披露していただきました。

### 本料理教室を開催するに至った背景

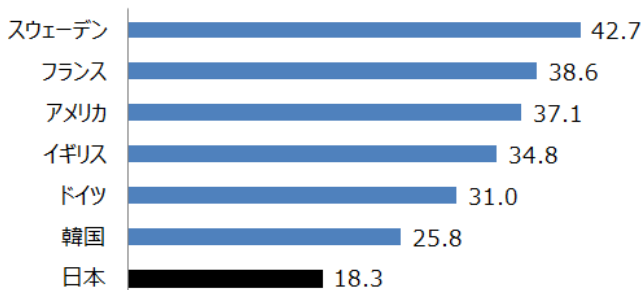
ブラウン ハウスホールド担当のプロダクトマネージャーである村樫は、ブラウン マルチクイック ハンドブレンダーについて「料理好きな人も満足していただける事はもちろん、料理を普段あまりしない方・苦手な方にもとても簡単に使えるように設計されています。」と女性だけでなく、普段料理をあまりしない男性でも、簡単に使うことができると紹介しました。

また、本料理教室の開催に至った背景について、日本は『夫が世界一家事をしない国』であるという調査データに基づくと説明しました。厚生労働省の発表では、共働き世帯が1997年から専業主婦世帯を上回っていると発表しています。また、共働き世帯において、夫に対して「もっと家事分担して欲しい」と思う女性は約6割にものぼる現状であることがわかりました。

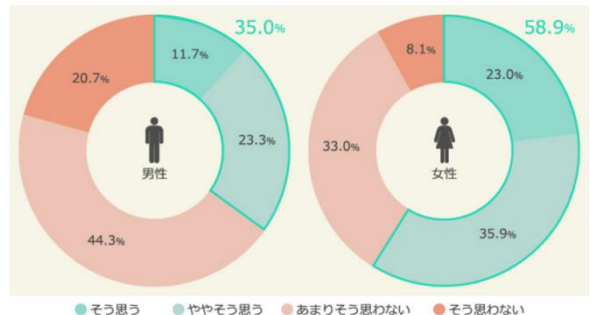
村樫は「本料理教室は短時間で効率よく、簡単に料理を作る”時短料理テクニック”を伝授することで、家事を手伝える夫へ変身させることを目的として開催いたしました。」と話しました。



■ 子持ちの有配偶男性の家事・家族ケア分担率



■ 「配偶者に対し、今よりもっと家事分担してほしいと思うか」



出典先：ISSPI Family and Changing Gender Roles IV (2012年)

出典先：マクロミル <https://www.macromill.com/honote/20160913/report.html>

## ゲストプロフィール



中辻健太氏

中辻 健太 (Nakatsuji Kenta)  
料理家

イタリアン料理家。

「最小の努力で最大の効果を」がモットー。2011年より名古屋「Il fior fiore」を開き、イタリアンを中心に、フレンチや和のエッセンスを取り入れたレッスンに定評があり、予約の取れないサロンとして有名。毎日のお料理に早業エッセンスを提案し続けている。



山田 亮氏

山田 亮 (Yamada Ryo)  
専業主夫/家事ジャーナリスト

1967年 香川県高松市生まれ。1998年、当時大学助手だった妻と結婚。キャリアウーマンである妻を支え、主夫をしながらホームページ上で綴った家事・育児記録が新聞社の目にとまり執筆活動を開始。ロジカルな視点で「楽に家事をする」方法を日々実践し、「楽家事ゼミ」を主宰して情報提供や家事指導を行う。

## 中辻氏による「妻に一目置かれる！ パパのための時短料理講座」

中辻健太氏による料理教室では、デモンストレーションとしてパスタ・ハンバーグ・スープの3品をご紹介します。「ブラウン マルチクイック 7 シリーズ」を活用することでなんと 20分間で3品が完成！ みじん切りなどの面倒な下ごしらえをアタッチメントを使用しながら短時間で調理し、一般参加者からは驚きの声が上がっていました。

そしていよいよ、一般参加者の料理実践がスタート。パスタ・スープの2品に挑戦していただきました。慣れた手つきでハンドブレンダーを使いこなす方もいれば、フードプロセッサーに調味料を入れることにも不安そうな顔を浮かべる方など、様々な方がいました。中辻氏のサポートの元、2品が20分で完成し「本当に簡単に料理が出来て、感動しました！」と嬉しそうな表情を浮かべる方々の顔が印象的でした。



## 参加者の声

## ■ 30代 男性

毎日のように料理をしています。ブラウンのハンドブレンダーを友人からプレゼントしてもらって以来、長年使用しています。子供が2人いるのですが、離乳食はもちろんハンドブレンダーで作っていました。愛用しているのでもう手放せません！

## ■ 40代 男性

あっという間に2品も出来てしまい、驚いています。

帰ったらブラウンのハンドブレンダーを使って、今日習った料理を妻に作ってあげようかな、と思います。洗い物が苦手なので、ぬるま湯に洗剤をいれて数十秒スイッチを押すだけで洗えてしまう手軽さが良い！



## 山田氏による「ママを助きたいパパの心得5箇条」

専業主夫/家事ジャーナリストである山田亮氏と中辻氏、村瀬によるトークセッションでは山田氏の考える「ママを助きたいパパの心得5箇条」をテーマにトークに花を咲かせました。

ママの負担を少しでも軽減してあげたい、という山田氏の想いが込められた5つの心得をご自身のエピソードを踏まえつつ披露いただいた後、心得 + aとして「本気の感謝」がなにより大事であると話しました。

「もしも大切な人が居なくなったら・・・、と考えるだけで感謝の気持ちは生まれるはずです。日々、魂を込めて相手に『ありがとう』と伝える事。本気の感謝が伝われば、円満な家庭が築けますね。」と話し、参加者の皆さんは深く相槌を打っていました。



## 「ママを助きたいパパの心得5箇条」

## ①なに食べたい？という質問には具体的なリクエストを

「なんでもいいよ」ほどイラツとする答えはない。「なんでもいい」という人に限って、「ん～カツ丼かあ～ちょっと違うんだよなあ」などクレームをつける。「今日は〇〇の日だから、☆☆にしよう」「昼は●●の予定だから、夜は※※がいい」など。ガツリ、サッパリ、中華、洋風、肉、魚、野菜タップリ、夏っぽいの…とにかく方向性だけでも出すべし。

## ②下準備、下ごしらえ…地味な作業の大切さを知るべし

たとえば、掃除機が使えるのは、床の物を片付けて準備しているから。調理が出際良くできるのは、調理道具がキレイに整い、材料の下ごしらえできているから。地味で面倒だけど、すべては準備が大事。下ごしらえがちゃんとできている料理であれば、切ったものの大きさが揃っていると、火の通りも均一で美味しくできる。切ったものが飛び散ってないから、調理後の洗い物や拭き掃除が簡単。

## ③家事を分担していても一連の流れは頭にいれるべし

決まった場所に衣類を脱ぐのは、洗い忘れを避けるため。裏表を揃えて脱ぐのは、干す時の手間を省くためなど、少しでも家事の負担を減らすことができる。料理も調理だけで良ければ良いというものではない。メニュー決め、買い物、下ごしらえ、調理、片付け、食器洗い…という一連の流れが頭に入っていればこそ。家事を分担していても、前後の作業を頭に入れて家事をするべし。

## ④「オレグッズ」で一芸サポート

家事を頭に入れたつ…ジャマにならないサポート領域を確立する事が大切。枝切りばさみ、窓拭きクリーナー、ハンドブレンダー…自分がトキメク「オレグッズ」でサポート。「千切り頼んだよ！」「大根おろしは任せとけ！」と妻から頼られるグッズを見つける。

## ⑤苦勞を愛情の物差しにしない

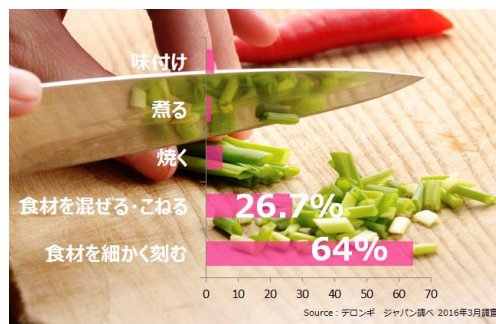
「面倒なことを頑張ってくれてるのは、僕のことを大切に思ってるから」「手抜きは、愛情がないから」ではない。機械化、自動化していても愛情はかわらない。本当に大切なのは楽しい生活。機械化や自動化でできた時間や余裕を、家族とゆっくり過ごす時間に使えば良い。道具に頼ることで、愛情が薄れる事はない。

## +a 本気の感謝

「もしも妻が倒れたら…」と考えるだけで、感謝の気持ちは生まれるはず。「ありがとう」に魂を込めて。気持ちがこもっているかいないか、女性はすぐにわかる。本気の感謝が伝われば、夫婦の仲も円満になります。「家事の大変さ、わかってくれてるのかな？」という思いが「私だけ大変」「わかってくれてない！」という思いに繋がる。かしまって感謝の気持ちを伝えるのが難しいのなら、会話の中でさっさと「あっ！ありがとう！」「お！ありがとう」と伝えるだけで良い。

## 料理は手は抜きたくないけど、時短をしたい！ 頑張る主婦やママが求める「時短」とは？

2016年3月にデロンギ・ジャパンがおこなった、「毎日の家事(料理、掃除、洗濯など)時間をもっと減らすことができたらよいと思いますか？」というアンケートによると、86.6パーセントの主婦やママが「はい」と答えています。また、同調査での「一番手を抜きたくない家事は？」という質問では、1位料理・2位洗濯・3位掃除という結果になり、料理と答えた人は6割を超えています。上記の結果から、家事の時間を短くしたいが、料理は手を抜きたくない！という主婦やママが多いことが分かります。更に、「料理で一番めんどろな調理工程は？」という質問では、6割以上が「食材を細かく刻む工程」、2割以上が「食材を混ぜる・こねる工程」と答えており、主婦やママが時短したい作業が共通していることが分かりました。



調査概要：2016年4月実施、20～49歳女性既婚、200名

## 時短料理を簡単に実現するブラウン ハンドブレンダー-マルチクイック7シリーズとは

### ■ハンドブレンダーシェアNo.1\*

2016年もシェアNo.1\*を獲得した、最も選ばれているハンドブレンダー。  
\*2016年(1-12月)「ハンドミキサー」メーカー別 金額シェア/独立調査機関調べ

### ■世界初！スマートスピードテクノロジー搭載

スピードを手の握り具合でコントロールできる機能です。  
まるで製品と手が一体化したような感覚が味わえます。

### ■ドイツ品質のパワフルモーター

ハンドブレンダーの要であるモーターは、ブラウンが独自に開発したパワフルモーターを使用しています。



**【ブラウンハウスホールドについて】**ドイツの家電ブランド、ブラウンは95年以上世界中の国々のキッチンでご活用いただける調理家電をつくり続けてきました。ブラウン マルチクイックハンドブレンダーは高い信頼性と耐久性を備え、日本市場で、ハンドブレンダー市場を牽引しています。妥協ないデザイン技術と、技術研究で製品を創り続けているブラウンは、これからも人と食が向かい合う瞬間に、本物の素材を味わい尽くす楽しさを、世界中に提案し続けます。

## ブレンダーを使ってトータル約35分時短！～料理教室で作成された時短レシピのご紹介～

◆Zuppa di funghi～キノコのスープ カブチーノ仕立て～  
＜材料・4人分＞

キノコ(椎茸、マッシュルーム、シメジ等) (ざく切り) ……100g  
玉ねぎ(薄切り) ……1/4個  
じゃがいも(薄切り) ……1/2個(50g)  
にんにく(薄切り) ……1/2個      チキンコンソメ……200g  
牛乳……300ml                      バター……20g  
塩・こしょう……適量              牛乳……100ml

5～10分  
時短！

ブラウンマルチクイック  
ハンドブレンダー使用



### ＜作り方＞

- ①鍋にバターとにんにくを入れ香りをだす。
- ②玉ねぎとキノコを加え、しんなりするまで炒める。
- ③②にじゃがいもとチキンコンソメを加え、蓋をし、弱火で10分煮込む。
- ④牛乳を入れ、ハンドブレンダーで滑らかにし、塩、こしょうで味を調える。
- ⑤筒状のピーカーに温めた牛乳を入れ、ハンドブレンダーでくきをいれるように泡立て上澄みの泡を、スープの上に飾る。

## ブレンダーを使ってトータル約35分時短！～料理教室で作成された時短レシピのご紹介～

### ◆Penne al pesto rosso～ドライトマトとナッツの Pasta～

<材料・4人分>

≪ドライトマトペースト≫

ドライトマト・・・20g	トマトペースト・・・30g
カシューナッツ・・・10g	にんにく・・・1/4片
バジル・・・1枝分	粉チーズ・・・20g
オリーブオイル・・・60ml	ショートパスタ・・・240g
アスパラガス（筋を取り、薄切りにする）・・・3本	

**10分  
時短！**

ブラウンマルチクイック  
チョッパー使用



<作り方>

- ①ドライトマトは水に20分以上浸しておく。
- ②柔らかく戻したドライトマトと残りの材料を、チョッパーに入れペースト状にする。
- ③鍋にお湯を沸かし1Lに対し、大佐さじ1の塩を加え、パスタを茹でる。
- ④大きめのボウルに②のペーストとお玉一杯の茹で汁を入れ混ぜる。
- ⑤アスパラガスはペンネが茹で上がる2分前に一緒に茹でる。
- ⑥パスタとアスパラガスを取り出し、④のソースと和える。

### ◆Hamburg steak～ハンバーグステーキ 赤ワインソース～

<材料・4～6人分>

牛肉（スネ、バラ肉）・・・200g	
豚肉（肩ロース、バラ肉）・・・200g	
玉ねぎ・・・1/2個	キャベツ・・・大2枚
食パン（4枚切り）（適当にちぎる）・・・1枚	
牛乳・・・100ml	卵・・・1個
塩・・・小さじ1/2	サラダ油・・・適量
≪赤ワインソース≫	
赤ワイン・・・100ml	ケチャップ・・・80g
ウスターソース・・・50ml	砂糖・・・2つまみ

**15分  
時短！**

ブラウンマルチクイック  
フードプロセッサー使用



<作り方>

- ①フードプロセッサーにざく切りにした玉ねぎ、キャベツ、食パンをみじん切りにする。
- ②肉を入れ挽肉にし、牛乳、卵、塩を入れ、更にフードプロセッサーにかける。
- ③お好みの大きさに成形する。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、③を入れる。蓋をし、中火弱で5分程加熱する。
- ⑤蓋を取り裏返し、弱火で5～8分全体がふっくらし弾力が出るまで焼く。火を通ったら器に盛りつける。
- ⑥フライパンの余分な油は拭き取り、赤ワインを加えアルコールを飛ばす。
- ⑦残りのソースの材料を加え、軽く煮詰めたら出来上がり。