

2014 年 1 月 21 日
株式会社マイナビ

今、グルメ界のキーワードは「熟成」

話題の「熟成肉」から魚、野菜まで、家庭で手軽に食材を熟成させる方法を公開！

『時間をおくだけで、どんどんおいしくなる 熟成レシピ』1月24日(金) 発売

株式会社マイナビ（本社：東京都千代田区）は、『時間をおくだけで、どんどんおいしくなる 熟成レシピ』を1月24日（金）に発売します。本書は、下北沢の人気店「下北沢熟成室」のオーナーシェフ・福家征起氏が塩漬け、オイル煮・オイル漬け、干す、寝かせるなどの方法で、食材を数日間熟成させて調理する料理レシピを紹介した1冊です。

今グルメの間では、肉を数十日間から数ヵ月寝かせることで旨味を増加させた「熟成肉」がブームです。お店で食べると高級食材であり、熟成には専用の貯蔵庫や冷蔵庫が必要とされていますが、実は家庭でも工夫次第で数日間寝かせた「熟成肉」にトライすることができます。また、肉だけではなく、魚や野菜などの食材も、時間をかけて寝かし、熟成させることで味が染み渡り、旨みが増していきます。

本書は、そんな「熟成」という調理法に注目し、手軽な方法で、食材の旨みを引き出す方法と、熟成させた食材を使った応用レシピを掲載しています。著者は自家製のハムやパテ、アンチョビなどの「熟成もの」をフレンチベースで提供する、下北沢の人気店「下北沢熟成室」のオーナーシェフ・福家征起氏です。

<「熟成レシピ」の特徴>

- ★本書で紹介する「熟成」の方法は、＜塩漬け、オイル煮・オイル漬け、干す、寝かせる＞。熟成させる食材は、肉・魚・野菜など多岐に渡り、それぞれ熟成期間は異なります。そして時間が経つほどに味が染み渡り、どんどん深みが増していきます。
- ★あらかじめ味を染み込ませ熟成させた食材は、焼いたりそのまま食べたりと、調理がとても簡単です。
- ★日持ちするので作りおきしておけば、忙しいときのおかずにもピッタリです。

<本書で紹介している「熟成レシピ」>

- 【肉】 塩豚、塩牛のローストビーフ、生ベーコン、ロースハム、鶏コンフィ など
- 【魚】 自家製アンチョビ、自家製ツナ、さんまのコンフィ、白身魚のオイル漬け など
- 【野菜】 自家製ザワークラウト、季節の野菜 オイル漬け、ガスパチョ、セミドライトマト など

<表紙イメージ>



●書誌情報

書名	時間をおくだけで、どんどんおいしくなる 熟成レシピ
著者	下北沢熟成室 福家征起
定価	1,575 円 (税込)
判型	B5 判 112 ページ
ISBN	978-4-8399-4942-6
発売日	2014 年 1 月 24 日 (金)

【本件に関するお問い合わせ先】
株式会社マイナビ 社長室 広報部 渡邊
TEL.03-6267-4155 FAX.03-6267-4050
e-mail: koho@mynavi.jp

●著者プロフィール

下北沢熟成室オーナーシェフ・福家征起（ふけ まさき）



あべの辻調理師学校で料理の基礎を学んだのち、フランス料理に魅せられ、レストランやホテルで修行。フードコーディネータースクールで飲食店経営についてのノウハウを学び、2008年11月、東京・下北沢に「下北沢熟成室」をオープン。“時間軸”をコンセプトに、時間の経過を楽しめるさまざまな熟成料理を提供。2013年3月に同じく下北沢にワインバー「ベンハムのコマ」をオープン。

●本書で紹介したレシピの実例



牛もも（またはすね）かたまり肉に塩をふり、3日間寝かせた塩牛を焼いただけのシンプルな「ローストビーフ」



さんまをオイルで煮て3日間寝かせた「さんまのコンフィ」。それをフライにしたアレンジレシピ

献本や著者へのご取材、読者プレゼントのご提供も承ります。

ご希望の場合は、お気軽に下記広報担当者までご連絡ください。

【本件に関するお問い合わせ先】
株式会社マイナビ 社長室 広報部 渡邊
TEL.03-6267-4155 FAX.03-6267-4050
e-mail : koho@mynavi.jp