

# おうちごはん「SNSトレンド大賞2020 & 2021年予測」を発表

## 大賞は「ダルゴナコーヒー」と「ホットサンドメーカー飯」

### 2021年は「虹パン」、「クロッフル」、「豆腐干」等に要注目

トレンダーズ株式会社（所在地：東京都渋谷区、代表取締役社長：黒川涼子、東証マザーズ上場：証券コード 6069）が運営する、食トレンドや食卓アイデアを発信するWEBメディア「おうちごはん」は、編集部および食系インフルエンサーの選出による「おうちごはん SNSトレンド大賞2020 & 2021年トレンド予測」を発表いたします。



#### ◆ 「見た目に美味しい」Instagram、「ネタ的にウマイ」Twitter…異なる SNSトレンド

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、外出自粛ムードが長引き、食トレンドにも大きく影響を及ぼした2020年。見通しの立たない不安が世の中を覆っていたものの、SNS上では「日々の食を楽しみたい」という人々の思いが反映された、新たなトレンドが数多く生まれた一年でした。

全体的な傾向として、Instagramでは「目新しさ」、「美しさ・かわいさ」、「季節感」、「ヘルシー」、「食卓」、「カフェ」といった要素を踏まえたものが人気です。対してTwitterは、「ネタっぽい」、「ギルティ」、「超簡単」、「酒のつまみ」といった要素が人気で、短尺動画や4コマで作り方がすぐにわかるレシピが拡散される傾向にあります。また、今年はコロナ禍で苦しむ生産者や飲食業界を支えようと「応援消費」系のハッシュタグも数多く見られました。

このような点を考慮しつつ、投稿数やリツイート数、テレビやメディアでの取り上げられ方など総合的な観点から、「おうちごはん SNS トrend大賞 2020」を Instagram 部門と Twitter 部門でそれぞれ選出いたしました。

## ◆ Instagram 部門大賞は「#ダルゴナコーヒー」 おうちカフェメニューが席卷

「おうちごはん SNS トrend大賞 2020」Instagram 部門の大賞は、「#ダルゴナコーヒー」です。ここ数年、「ネオアジアンスイーツ」がトrendとなっていたことに加え、コロナ禍の巣ごもり需要も相まって、インスタントコーヒーで手軽に SNS 映えメニューを作れると大人気。学生からファミリー層まで幅広く愛されました。4 月頃にタレントやインフルエンサーが楽しんでいる SNS 投稿が相次いでテレビに放送されたことをきっかけに、Instagram の投稿件数が急増。その後「おうちカフェ」メニューとして定番化し、12 月 8 日時点で 12.7 万件以上が投稿されています。まさに 2020 年の SNS トrendを代表するメニューとなりました。



他には「#台湾カステラ」、#メロンソーダ、#おうちキャンプ飯、#イタリアンプリン」を選出しています。

「ネオアジアンスイーツ」文脈で選出した「#台湾カステラ」は、日本では昨年頃からおでかけ先で楽しむメニューとして注目されていたものの、今年は炊飯器とホットケーキミックスを使って自宅でチャレンジする人が急増しました。

「#メロンソーダ」は、ここ数年、レトロな純喫茶が若者の間で「新鮮」、かつ「SNS 映えする」と人気を集めており、今年のレトロカフェメニューとしてトrendに。夏の間、Instagram を鮮やかな画像が爽やかに彩りました。中でも「無印良品」の瓶商品はヒットを記録しています。

コロナ禍の影響でブームとなった「#おうちキャンプ飯」では、スキレットやメスティンを使ったアウトドア気分満載なレシピが次々と登場しています。

固くてチーズのコクが豊かな「#イタリアンプリン」は、各コンビニが商品化したことで大衆化。自分好みに開発したオリジナルレシピが Instagram をにぎわせました。

## ◆ Twitter 部門大賞は「ホットサンドメーカー飯」 ネタ感あるレシピ名がずらり

「おうちごはん SNS トренд大賞 2020」Twitter 部門の大賞は、「ホットサンドメーカー飯 (りゅ氏)」です。フォロワー37.2万人以上を誇るりゅ氏は、ソロキャンレシピを発信している覆面インフルエンサーで、「絶望的に頭が悪い〇〇」、「欲望に従った〇〇」など独特なワードセンスとともに、何でもホットサンドメーカーで焼いてしまうという荒業的なレシピ動画を公開しています。今年は「おうちキャンプ」ブームもあり、りゅ氏の人気に拍車がかかり、バズ投稿を連発。各社のホットサンドメーカーが売り切れ続出という事態になっています。今年9月に公開した「大きいホットサンドメーカーで広島リスペクト焼きをしてハイボールをキメるだけの動画」は、6,000以上のリツイートを記録。Twitter 映え×美味しさ×世情の3つのポイントを兼ね備えた、2020年Twitter食トレンドの象徴となりました。

おうちごはん SNSトレンド大賞 2020 Twitter部門

ホットサンドメーカー飯 (りゅ氏)

至高のカルボナーラ (りゅウジ/バズレシピ)

痩せるチーズケーキ (じゅん/痩せるズボラ飯)

無限パスタ (鳥羽周作/おうちでsio)

ディズニーチュロス

他には「至高のカルボナーラ (りゅウジ/バズレシピ)」、「痩せるチーズケーキ (じゅん/痩せるズボラ飯)」、「無限パスタ (鳥羽周作/おうちでsio)」、「ディズニーチュロス」を選出しています。

「バズレシピ」を発信するりゅウジさんは、レンジを活用した簡単レシピで「作り方が邪道、だがウマイ」というTwitterらしい称賛を受ける人気インフルエンサーです。今年も「至高シリーズ」をはじめ数多くの絶品邪道レシピが話題になりました。

「痩せるチーズケーキ (じゅん/痩せるズボラ飯)」は、外出自粛による食べ過ぎと運動不足で「コロナ太り」が問題視され始めた夏頃にバズったレシピです。画像4枚でどんなメニューか伝わる秀逸な投稿で7,000以上のリツイートを集めつつ、ツリー投稿でレシピや成分を細かく補足する気遣いもあり、人気を集めました。

レストランsioのオーナーシェフ鳥羽周作さんが発信している「おうちでsio」レシピは、外出自粛の状況下でもレストランの味を楽しみたいという世の中のニーズとマッチし、真似してみた人の投稿が急増。中でも「無限パスタ」シリーズは、大人も子どもも大好きな味だと好評です。

「ディズニーチュロス」は、感染急増で一時休園していたディズニーリゾートから発表された公式レシピ。「家でディズニーの味が再現できる」という喜びの声の他、失敗作の投稿もネタ化し、Twitterらしい盛り上がりを見せました。



リロ氏 Twitter アカウント…@ly\_rone

リュウジ@料理のおにいさんバズレシピ Twitter アカウント…@ore825

じゅん☆痩せるズボラ飯 Twitter アカウント…@DietMan40

鳥羽 周作 Twitter アカウント…@pirlo05050505

## ◆「フードアクティビティ」、「ネオアジアンスイーツ」、「発酵食品」がトレンドワード

2020 年は「ダルゴナコーヒー」をはじめとした「おうちカフェ」が大流行し、食べるだけでなく、作ることを楽しむ「フードアクティビティ」ともいえるトレンドが生まれた一年でした。2021 年以降もこのトレンドはある程度続くと考えられます。「台湾カステラ」や「豆花」、「チーズティー」といった、台湾や韓国から流行する「ネオアジアンスイーツ」熱は引き続き健在で、ネクストトレンドが生まれるカテゴリとして必見です。また、コロナ禍の影響で健康に対する意識が急激に高まっており、免疫力アップが期待される「発酵食品」にも熱い視線が注がれています。

このことから、「フードアクティビティ」、「ネオアジアンスイーツ」、「発酵食品」の3つを軸とし、2021 年のおうちごはん SNS トrendワードを予測しました。



「虹パン」…材料は卵白、砂糖、片栗粉の3つだけというシンプルさでありながら、フワフワの見た目と食感が面白いと注目を集めている「雲パン」に、アイシングカラーで7色に色付けした「虹パン」は、SNS 映え抜群なおうちごはん。2021 年に流行りそうなフードアクティビティの筆頭です。

「贅沢パフェ」…2021 年もある程度の外出自粛が継続すると予想される中、家では作れないような凝ったメニューやプロの技を特別視する機運が、より一層高まると考えられます。そこでトレンドとなりそうなのが、フルーツをふんだんに使ったり、アートのような繊細な装飾を施したりと、一目で特別感を得られる「贅沢パフェ」です。京都や名古屋のカフェを中心に、ゴージャスで大人っぽいパフェの SNS 投稿が増加しており、職人系おうちごはん lover のチャレンジ欲求が刺激されそうです。

「クロッフル」…ネクスト・ネオアジアンスイーツのひとつめとして、「クロッフル」をピックアップしました。韓国で人気の、クロワッサンをワッフルメーカーで焼きあげた新感覚スイーツです。バターの香ばしさが増して、悪魔的な美味しさだと評判。ホイップを使って甘くしたり、チーズを使ってしょっぱくしたりと、アレンジの幅が広いのも魅力です。

「グリークモモ」…「グリークモモ」も、注目の韓国スイーツです。桃の中にギリシャヨーグルトを詰め、お皿に敷き詰めたグラノーラの上にのせています。桃をまるごとひとつ使ったインパクト大な見た目で、旬の時期である夏から秋にかけて SNS で人気になりそうなうちカフェメニューです。

「豆腐干」…日本ではあまり馴染みがないですが、中華料理では定番食材である「豆腐干(とうふかん)」。低糖質、高タンパクでありながら、主菜から麺類の代用まで幅広くアレンジできる健康食材として人気上昇中です。

「発酵あんこ」…砂糖を使わず、麴の力で小豆を発酵させた「発酵あんこ」に注目です。ヘルシーでやさしい甘みの特徴ですが、炊飯器で手軽に作れるとあって、健康に配慮しつつ、甘いものを楽しみたい人たちの間で、人気を集めそうです。

#### 【うちごはんについて】

## OUCHI GOHAN うちごはん

「いつものいただきますを楽しく。」をコンセプトに、毎日の食卓を楽しく彩るアイデアや情報・SNS 食トレンドを発信する WEB メディア。Instagram フォロワー数約 45 万人（2020 年 12 月）、約 7,000 名を超える食関与度の高い SNS アクティブユーザー会員を有する。

- ・うちごはん（WEB） <https://ouchi-gohan.jp/>
- ・うちごはん（Instagram） <https://www.instagram.com/ouchigohan.jp/>

- ・Instagram は、Instagram,Inc.の商標または登録商標です。
- ・Twitter は、Twitter,Inc.の商標または登録商標です。

■このリリースに関するお問い合わせや資料・取材をご希望の方は下記までご連絡ください■

トレンダーズ株式会社 <https://www.trenders.co.jp> 東京都渋谷区東 3-16-3 エフ・ニッセイ恵比寿ビル 8F  
担当：佐藤由紀奈（さとうゆきな） / お問い合わせメールアドレス [press@trenders.co.jp](mailto:press@trenders.co.jp)