



タマゴのおいしさ・峯木ラボ

(第25回)

つつじやしやくなげが咲く5月になりました。タマゴ不足が続いて、外食でも、タマゴ料理が提供できない、企業でもタマゴ製品の生産制限をしているところも多いです。タマゴ応援のために、東京家政大学と昭和鶏卵の産学連携企画「たまごのある暮らし」の活動を紹介します。この企画では、“タマゴ”ではなく、“たまご”を用いていますので、以下、たまごで統一します。

1)東京家政大学学生考案たまごレシピ

私が東京家政大学に勤務して12年がたちます。2013年に昭和鶏卵(株)より相談があり、東京家政大学との産学連携が始まりました。最初は、こめたまごを2個以上用いるレシピの学生募集で始まりました。こめたまごとは、飼料に国産飼料用米を10%配合したものを給与した鶏が産んだ卵です。一般に卵黄を黄色くするとうもろこしなどのカロチノイド系色素が少なくなるので、こめたまごの卵黄はやや白い色になります。その後、こめたまごから、たまごと小麦粉のレシピがテーマのこともありました。いずれも、調理時間30分に制限して『時短料理』にこだわっています。徐々に参加者も増え、気



が付けば、昨年度は9回目の9年を迎えました。今回の応募のレシピ数は45名参加63レシピで、今年は評価の高い作品が多かったです。これらの優秀なレシピは、昭和鶏卵のたまごパックに見ることが出来ます。この9年の集大成として、産学連携企画 たまごのある暮らしの小冊子が出来ました(写真右上)。学生考案のたまごレシピ32品が掲載されています。例を挙げますと、カーネーションのブーケ寿司、そら豆のどら焼き、トマトとチーズのコンソメプリン、ふわとろ焼き芋、お弁当に！魔法のレンコンチヂミ、高野豆腐のフレンチトースト風など、学生のアイデアの良さとフレッシュさがただよいます。冊子をご希望の方は、昭和鶏卵のHPより申込みができます*(URL <http://www.showa-keiran.jp/recipe/>)。 *購入先店舗名を「タマゴのおいしさ・峯木ラボ」と記入

2)思い出のレシピ1 (さっぱりヨーグルト)

9年間の中で、最も印象深いレシピが、さっぱりヨーグルトです。残念ながら、小冊子には取り上げられていません。ゆでたまごのスライスの上に、同じ厚さのキウイフルーツのスライスが重なって、その上にプレーンヨーグルトがかかっているシンプルな料理です。なにこれ！というのが、第一印象でした。コンテストに出す



ような料理には見えないし、と思いましたが、試食してびっくり、さわやかでおいしかったです。これこそ、素晴らしい組み合わせ、マリアージュの効果と思って感動したのを覚えています。凝った料理はコンテストではおいしそうで見栄えますが、実際に作ってくださるかという点と別です。これなら確かに皆が作ってくれるたまご料理と思いました。

3) 思い出のレシピ2 (デビルエッグ)

今年のイースターは4月10日でした。イースターに食べられる伝統料理がデビルエッグです。昨年、コロナ禍で行ったオンラインの試食会に学生考案のデビルエッグがレシピコンテストの上位に入りました。この料理も簡単にでき、たまごの持ち味が活かされます。学生が更なる修正に苦しんでいましたので、私はもっと、びっくりする料理を考えてみました。デビルエッグらしく、卵黄を黒い悪魔色にする、あるいは卵白も黒い色にできないかと色々考えてみました。卵黄の黒色は、イカ墨を利用しました。しっかり真っ黒な卵黄色になりました。また、HPを調べたら、卵白を紫色と黄色にするおしゃれなデビルエッグが出ていました。そこで、HPにはあがない天然素材を考え、くちなしや黒豆の煮汁、黒オリーブ瓶詰の汁、いちご、マンゴー、ブルーベリーなども使用して、試作をしてみました。いずれも美しく、おいしくできあがりました。昨年のYouTube動画“デビルエッグ”を1分間のショート動画に編集して掲載しています。



学生考案のデビルエッグ

(URL <https://youtube.com/shorts/gagnPBaEsOc>)。

やはり、調理を工夫するのは楽しいと思える時間でした。

(一社)日本家政学会第75回大会が、2023年5月27、28日(土、日)東京家政大学で開催されます。5月27日の午後に行われる授賞式で、本研究所の小泉昌子氏が、奨励賞(鶏種、鶏の週齢、鶏への給与飼料の違いが産卵した卵の調理特性および嗜好特性に与える影響)を受賞します。また、専門家が教えるぎゅっと！タマゴ“冷凍タマゴ”の動画が、再生回数6000回を超えました(URL



私の努力したデビルエッグ

<https://www.youtube.com/watch?v=IZAYrwzbTX4>)。

皆様方のご協力に感謝し、さらに精進いたします。

タマゴのおいしさ研究所も3年目に入りました。現在不足しているタマゴですが、是非一日一個は召し上がって、健康にお過ごしください。今後とも、ご協力、ご指導よろしくお願い致します。

発信元 タマゴのおいしさ研究所 峯木 眞知子 〒173-8602 東京都板橋区加賀1-18-1 東京家政大学板橋キャンパス 電話番号:03-3961-7046 E-mail:tamago-labo@tokyo-kasei.ac.jp