



タマゴのおいしさ・峯木ラボ

(第 57 回)

10 月は収穫の時期です。タマゴもおいしい時期です。Youtubeに親子丼をとり上げましたので、是非ご視聴ください(Youtube 動画リンク:<https://youtu.be/1sOHRGWpqYs>)。

親子丼は、学校の家庭科で教わる料理です。家庭でも作れる比較的簡単料理ですが、タマゴの品質、鮮度、攪拌の仕方、加熱温度により、出来上がりに差がみられる料理です。

1. 丼料理

丼料理は、蓋がされて中身がみえないので、食べるときに何が入っているかわからないワクワク感があります。丼の代表的料理は何でしょうか。親子丼、カツ丼、天丼、牛丼、うな丼など。カツ丼、天丼、うな丼は、カツ、てんぷらやうなぎのかば焼きが、それこそ、俺が一番といった風にどーんと入っています。親子丼はそういった丼と違って、鶏肉は少なく、鶏肉とタマゴが一体になって主な具材になっています。材料は、鶏肉とタマゴ、玉ねぎと調味料です。

親子丼の起源は明確ではありませんが、東京日本橋人形町にある鶏料理店“玉ひで”(右上の写真、玉ひでの HP <http://www.tamahide.co.jp/>)から始まった説や、大阪の料亭“鳥菊”から始まった説があるようです。いずれも明治 20 年から 30 年ごろにできた 130 年近い歴史の料理です。



2. 親子丼のおいしさ

鶏肉とタマゴが具材で、卵白の持つソフト感と卵黄のコク味が味わえます。これには、卵白と卵黄の凝固温度や粘度の違いが関係しています。コク味を重視したい方は、卵黄を追加してください。右の“八起庵”(<https://www.hachikian.com/>)では、粘度の強い新鮮な生卵黄を添えています。このお店はタマゴかけご飯も名物で、良質なタマゴが売りです。

鶏料理専門店では、卵黄ドロリ、卵白とろとろで、加熱された部分と生の部分、中間の部分があり、それぞれ別なテクスチャーと味を感じさせ、“不均一なおいしさ”がポイントともいわれています。このおいしさを作るには、卵白と卵黄を軽く攪拌して用います。



嵐山光三郎氏は「ごはん通」(筑摩書房)の本の中で、「簡単であるほど、調理が難しいのが料理の常で、うまい親子丼とまずい親子丼では、天と地ほどの差がある。玉子を雲海のようにふわりと仕上げ、煮汁を多くしないところがコツである。」と親子丼のおいしさを分析しています。また、親子丼は、「人類学上の民族料理として、日本を代表すると認定された貴重な料理である」と定義しています。

しかし、残念ながら、私には親子丼のおいしさの評価と人気は低下しているように思えます。親子丼は、他の丼より低エネルギーであり、タマゴのもつ独特の穏やかな味がカツ丼や天井よりインパクトが薄いことがそう思わせる原因なのかもしれません。

東海林さだお氏は、「たまごだいすき」(中公文庫)中で、親子丼のおいしさに触れています。「じつりと濡れた卵はうんと甘辛くて、その甘辛のつゆがゴハンの深部三分の一あたりまでしみこんでそこで止まっていて、ときどきしみじみして地味な味の鶏肉が口の中にくらり来て、、、というのが“親子”の味のようなですね」と紹介しています。なにやら、お一人で親子丼をじっくり味わい、目をつぶって、うなずきながら食べている風景が思い出されます。この三分の一あたりまでしみこんでというのもおいしさの秘訣で、嵐山氏では煮汁が多すぎると、ごはんが“ぴしゃぴしゃ”になる。煮汁を多くしないところがコツであるとしています。同じ本の中で色川武大は、「親子丼は半熟が美味しい。親子丼はというより、たまご料理はすべて半熟であるところに生命がある」と書いています。たまご、玉子、卵は、執筆者によって字体は様々で、玉子にこだわっている方もいました。



3. 専門店の作り方のポイント

dancyu 卵特集の中で(2014年、2019年)親子丼について、専門店での作り方のポイントが掲載されています。“鳥ふじ”では、卵の攪拌は勢いよく10秒ほど白身を切る感じで混ぜる。閉じるときに卵を低い位置から、手首をしながら卵のボールをより動かしながら約10回8の字を書くようにして手早く全体に回してから、鍋の蓋をします。 “泰然”の店では、卵は2種を用い、比内地鶏の卵だけだと甘いから赤鶏の卵を合わせ、加熱時は白身を鍋底に沈めるイメージを持って流し入れ、弱火加熱でトロトロに仕上げるとしています。

私たちの親子丼では、タマゴは2回に分けて鍋に入れ、鍋の外から、回すように入れています。カツ丼と親子丼のタマゴのとじ方には異なるようです。カツ丼はカツの上に白身がくっつきりととろとろで載っていることが重要だそうです。これは、カツのうまみを活かすためであり、親子丼はあくまで、タマゴが主体であるためのとじ方の違いであろう。タマゴとじ料理は、やはり難しい。

4. 親子丼の応用

私たちの親子丼の動画では、鶏肉とタマゴでなく、豚肉とタマゴで作る他人丼、牛肉とタマゴで作る開化丼、かまぼことタマゴの木の葉丼、油揚げとタマゴの衣笠丼も紹介しております。

*タマゴのおいしさ研究所 峯木 真知子 〒182-0002 東京都調布市仙川町2-5-7 タマゴ科学研究会 E-mail:info@japaneggscience.com(←質問、感想などはこちらのアドレス)