



タマゴのおいしさ・峯木ラボ

(第62回)

冬季オリンピックも終わり、三月に入りました。

“三不粘(サンブーチャン)”を知っていますか。中国の伝統的なスイーツで、「皿にくっつかない」「箸にくっつかない」「歯にくっつかない」という3つの特徴を持つ北京の伝統的な宮廷料理です。卵黄、砂糖、ラード、でんぷんといったシンプルな材料で作られますが、非常に高度な調理技術が必要なため、「卵と粉と油の芸術」とも称され、本場中国でも「幻のスイーツ」と呼ばれることがあります。中華鍋でラードを少しずつ加えながら数分～約10分間おたまで叩き続ける必要があるため、作れる人が少ないようです。

1. “三不粘”を食べにいこう！

東京都内でこの幻の味を楽しめる2軒のお店を紹介します。

私たちがまず訪れたのは、お茶の水(小川町)にある『龍水楼』です。このお店では、ご主人が料理の説明を丁寧にさせていただきます。夜の子羊のしゃぶしゃぶコースのデザートとして“三不粘”が楽しめます。すべて当日の手作りとHPに書かれており、前菜に、砂肝、豆腐干(豆腐の乾燥麺)など数種を楽しんだ後(下写真左)、火鍋子(ホーコース:中央に煙突状の筒がある真鍮製の鍋で、主に中国の北京や伝統的な店で使われる)でしゃぶしゃぶがでます。しゃぶしゃぶのたれや薬味が10種くらいあり、豪華です。それを食べ終わりますと、デザートで、“三不粘”(下写真中)と金木犀(きんもくせい)入り杏仁豆腐(下写真右)がでできます。“三不粘”はカスタード状のお菓子で、食感がおもしろいです。



金木犀は、中国産の樹木で庭園や街路樹として植えられ、秋に橙黄色の花を咲かせて甘い香りを放ち、ジンチョウゲ、クチナシと合わせて、日本の三大芳香木のひとつだそうです。花は薬用にもなる。中国ではお酒につけたり、干してお茶に混ぜたりします。

次に、銀座の『厲家菜(れいかさい)』でも特別注文で食べられるというので、訪れてみました。

厲家菜は、中国清朝の宮廷料理です。清朝のラストエンペラー・愛新覚羅溥儀が退位すると、宮廷料理を司っていた厲公(れいこう)も宮廷を離れ、皇城内の厲家花園に移り住みました。かつて西太后が召し上がった伝統的な宮廷料理は、次第に厲家の料理「厲家菜」として親しまれ、1985年に正式に料理店を開店したそうです。北京の胡同にできたその居心地の良い店は、国内外の著名人が訪れる名店として広く知られるようになったと、『厲家菜』の歴史に書いてあります。私は、約25年前に北京に行き、このお店でそれは、それは、おいしい料理をいただき、ご主人の説明を聞いてきました。日本人でも使える料理辞典を作ると張り切っておられました。素晴らしい味付け、胃もたれしないすがすがしい中国料理の数々で、いまだにその時のことを思い出します。北京にいつでもう一度食べたいとずっと思っていました。その後六本木にお店を開店し、今は銀座1丁目にあります。私が訪れた時のお店の写真も飾ってあります。



前菜 10 品は、西太后に喜んでもらうために考案した翡翠豆腐、精進料理のニンジンの炒め物、牛肉のスパイス焼き、鱈のスパイス揚げ、豚三枚肉の燻製、エビの黄金巻き揚げ、龍を模した胡瓜の和え物、北京の名菜麻豆腐、ひな鶏の蒸し物、白菜のからし漬けで、いずれも品が良く洗練された味でした。

2. “三不粘”を作ってみましょう

卵黄 3 個、グラニュー糖 45g、片栗粉 40g、サラダ油 30g、水 130ml の配合で実験してみました。

サラダ油はラードで、片栗粉は緑豆でんぷんで作っているレシピもあります。最初に卵黄と砂糖をよく混ぜ、片栗粉と水をよく混ぜてから、一緒にします。温めた中華鍋に入れて加熱し、でんぷんでとろみがついたところに加熱しながら油を少しずつ加えてたたいて混ぜながら、加熱を続けます。でんぷんが加熱により変化した所と卵黄が乳化剤となって油が分散して入り込み、攪拌(混ねつ)は、その乳化を助けると考えられます。最初に作ったときは、たたく動作数分が我慢できず、焦げそうですし、失敗に終わりました。攪拌が問題なら、ブレンダーやミキサーなどを利用してもできるのではないかと思い、加熱前の油以外の材料をよく混ぜ、それを加熱し、でんぷんが糊化する時点で攪拌を行い、再度加熱するという方法で試みたら、類似した三不粘ができました。昨年、日本家政学会でポスター発表しましたが、さらに研究中です。

*タマゴのおいしさ研究所 峯木 眞知子 〒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)