



料理人 陳建一氏

中華料理の厨房は、どの店も同じ丸い火口のかまどが並んでいるように見えますが、火加減にこだわりがあり千差万別です。真ん中から一気に火を出す構造のかまどがあれば、ウチみたいに鉄鍋全体に火が当たる構造のかまどもあります。ウチでは鉄鍋のふち3センチ以外の全面を駆使することができるので、鍋振りのテクニクが必要になります。鍋振りによって、かまどからの熱い気流で食材の水分をうまく調整でき、ムラのないおいしい料理ができます。

ウチの店以外に出向いて料理する場合、いつも使っている食材や道具を現場に送ります。でも火はその場所の火を使うしかない。いつもの塩梅と違うわけだから、必ず事前に料理して火の特徴をつかまえます。ここは火力が弱いから水分の出ない旬の素材を使おうとか、考えながらメニュー構成を設計して宴会に挑みます。

中華は火加減が命

ガス供給に携わる人たちに感謝





料理って、奥が深いでしょう。鉄づくりも同じだと思います。さまざまな鉄鋼製品には、新日鉄住金の技術やポリシーといったもののづくりの心が込められているはず。もののづくりの心には、時代の変化に応じて進化していかなければならない部分と、絶対に変えてはいけな部分があります。

料理は今やグローバルになり過ぎました。インターネットで世界はつながっています。情報があふれ、行く前にどんな料理がある程度わかってしまう。だから料理は原点に戻るべきだと思っています。そこに行かなければ絶対味わえない料理をつくるため、僕は手づくりを極めたいと考えています。例えば坦々麵^{たんたんめん}のゴマを業者から買ってそのまま使うのではな

く、ウチで炒って、すり潰して、芝麻醬^{ツーマーシヤン}という調味料をつくっています。それをもっともつと大事にしたい。そのためには労力が必要です。人件費もかかります。でも、そこは守らなければならぬ、絶対に変えてはいけな部分だと確信しています。

人は便利になると原点を忘れがちです。ガスは元栓をひねれば出ると思ったら大間違い。一体誰がガスをつくって、運んでくれているのか。火がなければ僕らは仕事できません。だから厨房に入ったら、食材を提供してくれる農家や八百屋の皆さんと同じように、ガス供給に携わる人たちに感謝します。そういった人たちがいるからこそ、僕ら料理人は腕を振るうことができるからです。

(談)

家庭でつくれる! おいしいチャーハン

■ 材料 (1人分)

ごはん……………200g
卵……………1個
ウインナー……………60g
にんじん……………100g
しいたけ……………2枚
ねぎみじん切り……………適量
万能ねぎみじん切り……………適量



■ 調味料

塩……………少々
昆布茶……………少々
酒……………小さじ2
しょう油……………小さじ1
オイスターソース……………小さじ1/3
こしょう……………少々
サラダ油……………適量



■ つくり方

- ① ウインナー、にんじん、しいたけを2ミリ角に切る
- ② フライパンにサラダ油大さじ1を入れ、ウインナーを香り良く炒め、にんじん、しいたけを加え、さらに炒める

Point ウインナーがフライパンで踊り始めたら取り出す

- ③ ごはんに卵を入れ、卵かけごはんのように、よく混ぜ合わせる
- ④ フライパンにサラダ油を入れ、③をゆっくりと炒めていく

Point 卵に火が通ってくると、自然にパラパラになる

- ⑤ ④に②を加えて炒め、塩、昆布茶、こしょうで味付けし、ボールなどにAを合わせフライパンのふちから回し入れ、ねぎと万能ねぎのみじん切りを入れて完成



陳建一 (ちん・けんいち)
1956(昭和31)年東京生まれ。日本に初めて四川料理を紹介した故・陳建民氏の長男。93(平成5)年より放映のフジテレビ「料理の鉄人」・NHK「きょうの料理」などに出演。2011(平成23)年(公社)日本中国料理協会会長、13(平成25)年黄綬褒章受章。東日本大震災発生直後の4月、岩手県釜石市や大槌町を訪れ、自ら運んだ食材で麻婆豆腐や五目中華丼などを料理し、被災者延べ600人と救援活動にあたる人々に提供した。