

パンに恋して

FALL IN LOVE WITH BREAD

今号のパンに恋してのテーマは「フランスパン×アウトドア」！実はフランスパンはBBQやキャンプ料理との相性が抜群。そこで今回、キャンプ料理専門レシピサイト「ソトレシピ」とコラボ。スペシャルな対談をはじめ、アウトドアでの便利技やかんたんレシピをご紹介します。今年の夏はフランスパンを持って外にでかけてみませんか？

フランスパンでアウトドアが

もっと楽しくなる！



BAGUETTE AND OUTDOOR GOOD RELATION

フランスパンはそのまま食べてよし、お肉や野菜をのせるだけでもよし、味噌鍋にだって合うんです。(ドンク・山中)

山中「まずパン屋として気になるのですが、キャンプやBBQなどのアウトドアシーンでのフランスパンの需要はどのくらいでしょうか？」
千秋さん「最近はずいぶん増えてきていると思います。以前はアウトドア料理というイメージが、カレー！米！といった方が多かったんですが、インスタ映えが話題になり、インスタ映えが話題になったりと、おしゃれな写真をSNSにあげるためにテーブルにフランスパンを添えて、という場面はよく見ますね。」
葛本さん「ステーキでもエスニック系でもシチューでも、あらゆる料理と合わせやすいのも増えている要因だと思います。」
千秋さん「アウトドアって現地に着いたら設置したり、いろいろ準備したりと実はやるのがたくさんあるんですよ。食卓のつなぎとして大活躍なんです、主催側としては助かりますね。」
山中「例えばバゲットなら炭火でさっと炙るだけでも、おいしいですからね。フランスパンユーザーが増えていると聞いてパン屋としてはとても安心しました(笑)。今回はソトレシピさんにレシピを提供いただいたんですが、どのような観点で作られたのでしょうか？」
葛本さん「やはりBBQやキャンプは準備などに追われるというところで、ピギナーの方でもバツと作れるレシピを提案しました。山中「どうしてもバターは使いたくないから」



山中おすすめの食べ方は、炭火でバゲットの両面を15秒ずつ焼くだけ、というシンプルなもの。パリッとした皮と、もちもちの中身がたまらないひと品。

さっと料理が出てくると、一緒にきた友人や子どものテンションもあがりますね。」
千秋さん「ドンクさんはどうしてフランスパンをアウトドアに広めたいという想いを抱いたのでしょうか？」
山中「私もよく家族とキャンプに出かけて、食パンやあんパンまで色々なパンで料理を試すんですが、フランスパンが一番扱いやすいんですよ。そのまま食べてよし、何かお肉や野菜をのせて食べてよし、さらには味噌鍋なんかにも抜群に合います。この良さを多くのお客様に知ってほしいなと思っています。」
葛本さん「山中さんはキャンプの際には、やはりドンクさんのフランスパンを持参されるんですか？」
山中「もつぱらそうですね。ドンクのフランスパンは、皮は香ばしくて、中はしっとりしていて、シンプル



撮影当日、スタッフに大好評だったパンオムレツ。作り方はドンク、ソトレシピ、両方のホームページで公開しているので、ぜひお試しください。

対談 SPECIAL TALK  

おいしい！ たのしい！ フランスパン × アウトドア

パン作りのプロでキャンプ好きでもあるDONQの山中、そしてアウトドア料理のプロのソトレシピ代表を務める千秋さん、シェフの葛本さんに、「フランスパンとアウトドア」をテーマに語っていただきました。



葛本幸子さん
フードコーディネーター / ソトレシピシェフ。企業、書籍等のレシピ制作などで活躍。今回、本誌のレシピとテーブルコーディネートを担当。

千秋広太郎さん
キャンプ料理専門レシピサイト「ソトレシピ」代表。イベント、動画制作、調査機関までアウトドア×料理にまつわることならなんでも行う。

山中誠史
ドンク生産技術本部所属。年に5～6回キャンプを行うアウトドア派のパン職人。アウトドアにおける得意料理はお酒のつまみ全般。

ソトレシピWEBはこちら！   フォロワー 6万人突破のソトレシピ Instagram アカウントはこちら！ @sotorecipe

少しの準備が当日の手間を軽減!

アウトドア料理が快適になる 4つの便利テクニック

BBQ やキャンプでビギナーが陥りがちなのが、料理ができるまでに時間がかかってしまい、到着してから1~2時間食べるものがない...という状況。そもそも、アウトドアは現地までの移動に時間がかかる上に、設営や準備にも時間を要するもの。友人や子どもに「もうお腹ペコペコだよー!」と言われないためにも、事前の準備が肝心。少し工夫するだけで、おどろくほど現地での調理がスムーズになりますよ。

01 食材はあらかじめカットしておく



現場に到着してから食材の皮むきをしたり、カットするのは時間のロス。変色や傷みなどの問題が生じない食材は、あらかじめ自宅でカットしておくことで、現場に到着してすぐに調理に取りかかれます。なお、食材はクーラーボックスに入れて保管しましょう。

02 調味料はそのまま小型の保冷バッグへ



見た目の良さを優先して、調味料や香辛料を別売りの調味料容器に移し替える方もいると思います。でも、使い慣れない容器だと調理時に、調味料がドバッと大量に出てしまうことも...。スムーズな調理のためにも調味料はそのまま小型の保冷バッグへ入れておくのがおすすめです。

03 フランスパンは切り分けておいてOK!



「フランスパンはどうやって持っていけばいいの?」と思う方も多はず。実は、自宅で切り分けて保存袋に入れてしまえば大丈夫です。カットしておくことで多少、硬くなりますが調理において焼いたり、浸したりすれば問題ありません。

04 ソースは保存袋で作れば器が不要



調理においてオリジナルソースを作ることもしばしば。そんなとき役立つのが、ジッパー付き保存袋です。材料を入れて揉み込んだり、シャカシャカ振るだけで完成します! 器もスプーンも不要で、余計な洗い物も出ません。



ひたす
のせる
まぜる

フランスパン × アウトドア

ひたす さば缶アヒージョ

【材料 (2人分)】

バゲット 5cm 幅
さば水煮缶 1缶
にんにく 1かけ
A 鷹の爪(輪切り) 1本分
オリーブオイル 100ml
バター 10g
岩塩 小さじ1/2
プチトマト 6個
バジルの葉 6枚

【作り方】

1. バゲットは1cm幅5枚に切り、さらに2等分に切り分ける。
2. さば缶の汁気を切り、身を軽くほぐして塩少々(分量外)をふりかけておく。
3. にんにくを潰し、小さめのスキレットにAと一緒に入れて弱火にかけ混ぜる。
4. にんにくの香りが立ったら、2を加えてとろ火で5分ほど煮込む。
5. プチトマトに切り込みを入れ(破裂防止のため)、4に加えさらに5分ほど煮込めばできあがり。



POINT!

ニンニクの香りをしっかりオイルにうつしましょう。さばには塩を少々なじませておくと味が楽しめますよ。

のせる モロッコ風タルティーヌ

【材料 (約12枚分)】

バゲット 6cm 幅
トマト 1個
きゅうり 1/2本
レモンスライス 1枚(5mm幅)
オリーブ 5粒
アンチョビ 2枚

ミント

A オリーブオイル

塩 大きじ1
おろしにんにく(チューブ) 小さじ1/5
クミンパウダー、コリアンダーパウダー、レッドペッパー 小さじ1/4
おろしにんにく(チューブ) 少々
トッピング用 アンチョビ 2~3枚

【作り方】

1. バゲットは5mm幅斜切りで12枚にする。
2. バゲットをフライパンで両面カリカリになるまで焼き、片面におろしにんにくを薄くぬる。
3. トマトは5mm幅にスライスし種を取り、さいの目状に切る。きゅうりもさいの目状に切る。
4. レモンスライスは皮を切り落とし粗めに刻む。オリーブ、アンチョビ、ミントは細かく刻む。
5. ボウルにAを入れて混ぜ、3と4を加え混ぜ合わせる。
6. バゲットに5のをのせ、クミン、コリアンダー、レッドペッパーを少々ふりかけ、小さく切ったアンチョビをのせればできあがり。



POINT!

食べる直前に具材を混ぜると食感よく仕上がります。具材を切って持参する場合は、キッチンペーパーでくるんでおけば、べちゃっとしません。



まぜる ごちそうサラダ

【材料 (4人分)】

バター 6cm 幅
A オリーブオイル 大きじ2
ドライミックスハーブ 小さじ1/2
塩、ガーリックパウダー 少々
スライスローストビーフ 100g
フリルレタス 5~6枚
トマト 1個
クレソン 4枝
パプリカ 1/4個
シーザードレッシング 適量

【作り方】

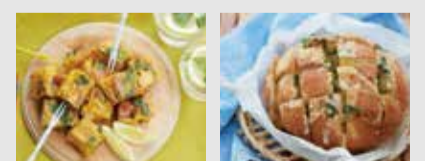
1. バターは2cm幅3枚に切り、それぞれを8等分に切り分ける。
2. ジッパーバッグにAを入れて混ぜる。
3. 2にバターを入れ、口を閉じて軽く振り、全体になじませる。
4. 中火に熱したフライパンに3を入れてバターに焼き色がつくまで焼き、粗熱を取る。
5. フリルレタス、トマト、クレソンはひと口サイズ、パプリカは薄切りにする。
6. 4と5とスライスローストビーフを皿に盛り付け、ドレッシングをかけた。



POINT!

小さく切ったバターは全体がカリッとなるまで面を返しながら焼きましょう。食べるときにカリッ、サクッとした食感が楽しめます。

こだわりレシピをWEBで公開中!



パンオムレツ

パンエリソン

ドンク、ソトレシピ両方のホームページで、こだわりレシピも公開中!ぜひご覧になってください!



ドンクのWEBサイトはこちらから!

