

ミシュラン三つ星を十年連続で獲得する日本料理店「かんだ」
主人初のレシピ集『神田裕行のおそうざい十二カ月』を刊行！
 ～一流料理人に教わる“ふつうのおそうざい”で、一年中の食卓が豊かに～

暮らしの手帖社（東京都新宿区北新宿 1-35-20 社長 阪東宗文 tel:03-5338-6011）は、日本料理店で最多、十年連続でミシュラン三つ星を獲得する「かんだ」主人・神田裕行さん初のレシピ集『神田裕行のおそうざい十二カ月』を、2017年5月下旬に発売いたします。



初のレシピ集『おそうざい十二カ月』



神田裕行さん（日本料理店「かんだ」主人） 写真／川村 隆

神田裕行さんについて

神田裕行さんは、1963年徳島生まれ。大阪で日本料理の修業後、1986年に渡仏、日本料理店の料理長を務めました。1991年に帰国して徳島の「青柳」で勤務した後、2004年に東京・元麻布に「かんだ」を開店すると、2007年にミシュランガイドで三つ星を獲得。以来、十年連続で三つ星を獲得しています。雑誌『暮らしの手帖』では、「新・おそうざい十二カ月」を6年にわたって連載。このたび、その連載から厳選した内容に、「毎日食べても飽きないおそうざい作りの秘訣」や、特別な思い出のこもったレシピ、料理エッセイを加筆して、単行本化しました。

◎テーマは、ほんとうにおいしい“ふつうのおそうざい”

日本料理人の神田裕行さんに、6年にわたって雑誌『暮らしの手帖』の誌上で教えていただいたのは、毎日の献立に役立つ“ふつうのおそうざい”です。料理じょうずになりたいという人に、まず覚えてほしいのは、誰もが味を想像できて、食べるとほっとするような“ふつうのおそうざい”だからです。

【一流料理人に教わる料理の、3つの特色】

①少ない材料で作りやすい

おそうざいは毎日食卓にのぼるものだから、作りやすいことが何より大切。家にある基本の調味料と3つ程の主材料で作るレシピ。素材のうま味も引き立ちます。

②適度なうま味だから、飽きがこない

今、世間でもてはやされている料理は、うま味が過剰で、3口目には飽きてしまうもの。神田裕行さんが教えるおそうざいは、「適度なうま味」で、何度食べても飽きない味に仕上がります。「この味で、まっさらな子どもの舌を育てたい」という家庭料理です。

③できたても翌日もおいしい

和食は洋食や中華に比べて、油をあまり使わないので、作った翌日にもおいしくいただけるものばかり。ダシのうま味がしみておいしくなるものもあります。できたての料理ばかりで献立を作らなくても、くり返し食卓に上げ、味わいの変化を楽しめます。



(左) 茶碗蒸し：料理初心者にも手順がわかりやすいよう、大きなプロセス写真を掲載しています。



(右) 春菊と椎茸のおひたし／秋鮭のみそ漬け焼き



(左) ひじきの煮もの：ふつうのメニューを、きちんとおいしく作る秘訣があります。

**得意料理は五品で充分、
三度作ってわが家の味に。**
ふつうの料理をしっかりと自分のものにする。それが料理じょうずへの近道です。あれもこれもとレシピを増やさずとも、まずは自信を持って作れる料理を五品持つことから始めましょう。ほんとうに美味しいおそうざいが作れたなら、それをくり返すだけです、そんなに飽きることはありません。

◎これから「わが家の味」を作っていく若い人にも、

あらためて料理を学び直したい人にも、伝えたい

家庭料理の新決定版です。

【商品情報】

5月下旬発売 A5判 (210mm×148mm 東16mm)

右開き、上製、全ページカラー、本文180頁

本体：2200円(税別) 定価：2376円(税込)

ISBN: 978-4-7660-0203-4 C2077 著者：神田裕行

著者インタビュー、画像のお問い合わせは、下記までお願い申し上げます。

暮らしの手帖社 〒169-0074 東京都新宿区北新宿 1-35-20

編集担当： 長谷川洋美 tel. 03(5338)6031 hasegawa@kurashi-no-techo.co.jp

広報担当： 椎名奏木 tel. 03(5338)6011 siina@kurashi-no-techo.co.jp

