

ヘルシー外食フォーラム 2015 開催される



平成 27 年 11 月 18 日（水）大阪ガス hu + g MUSEUMにおいて「ヘルシー外食フォーラム 2015」（主催：大阪ヘルシー外食推進協議会、共催：大阪府・大阪市・堺市・豊中市・高槻市・枚方市・東大阪市）が開催され、140名が参加しました。

“外食利用の多い現在、私たちの健康と食生活を考えてみませんか”のサブタイトルのもと、第1部は「おすすめ！わが店のヘルシーメ

ニュー 2015」人気コンテスト（以下「コンテスト」という）の表彰式、第2部は講演・実演、第3部は賛助会員の大阪ガス（株）から hu + g MUSEUMと関西食文化研究会についての情報提供が行われました。

第1部の表彰式では、応募のあった50メニューのうち15メニューが入賞し、受賞者には表彰状と盾が贈呈されました。

コンテストにおいて審査委員長を務められた（一社）大阪府調理師会理事長 尾崎滋氏は、応募メニューはヘルシー度や独創性、盛り付けなど素晴らしいものばかりで甲乙つけがたく審査は難航したと講評を述べられました。

会場ではコンテストの入賞メニューを含む全応募メニューの写真展示があり、来場者は熱心に見入っておられました。コンテストの受賞作品等については大阪ヘルシー外食推進協議会のホームページにアップされています。

「中華料理における健康美食」

講師：ホテルモントレ ラ・スール大阪 中華料理「彩雲」
料理長 野上 博文 氏



第2部はホテルモントレ ラ・スール大阪の料理長 野上博文氏により「中華料理における健康美食」と題した講演と「干焼蕃茄子豆腐」フレッシュトマト入り豆腐チリソースの実演が行われました。

おいしい料理を作るための体力づくり

自分自身が健康でないとおいしい料理はできません。僕は、昔から続けている軟式テニスと自転車で体力づくりに取り組んでいます。

休日には定年退職された方と一緒にテニスをしたり、ボランティアで中学校にテニスを教えに行ったりしています。しかし、夜中に足がつり、鍛え方がまだ足りないと反省することが多

いです。

また、自転車で滋賀県や奈良県など遠くに行くこともあります。そのときの達成感や、身体が活性化されリセットされるような感覚が好きです。なぜそんなに遠くまで自転車で行くのかと疑問に思う人もいますが、僕は健康と体力づくりのために続けています。

このような体力づくりを通して自分の限界を知ることによって料理を作るときにも余裕が出てきます。若い人は忙しいとすぐに鍋を振る速度が落ちてしまいます。しかし、僕は身体を鍛えているので忙しいと逆にスイッチが入り、「若い人に負けないように鍋を振ってやろう」という気持ちになります。

コンクールへの挑戦

プロフェッショナルは人より倍努力して、結

果を残さなくてははいけません。会社からは「水準を上げなさい」と言われ、予算の数字をクリアすることが今の仕事の目的です。

しかし、若い人はただやっているだけでは流されてしまうと思います。そのため、コンクールに挑戦しなさいと言ひ、他の料理人との横のつながりを持つようにと言っています。全国大会でよく優勝しているお店と一緒に料理を食べに行き、さまざまなことを教えていただいた結果、最近では全国でも1、2を争う人が育ってきてくれて嬉しいです。

自分自身もコンクールには挑戦し続けています。歳をとると守りに入ってしまい、コンクールに参加しない人もいますが、僕は65歳までの10年間は死に物狂いでチャレンジし、もっと恥をかこうと思っています。

新人の育成と料理に対する想ひ

人間は「壁にぶつかって乗り越えていく人」と「壁から逃げている人」とでは眼力が異なります。最近ではそうしたものがわかるようになってきました。新人に対しては「将来、料理長になるだろう」「上を目指して頑張っているな

あ」と感じる人に対しては真剣に怒ります。しかし、「真剣に怒っても伝わらないな」と感じる人に対しては何も言ひません。そして、そうした若い人を見ていると、自分も自分なりに一生懸命やって自分に嘘をつかないで生きていこうと思います。

僕は思っただことはその場で言わないとすぐに忘れるのですぐに言ひますが、尾は引かないようにしています。なぜなら、料理はチームワークが大切だからです。そのため、一瞬怒ってすぐにリセットし、冗談を言うなどして和やかな雰囲気を作るように心掛けています。

また、よい料理を提供するために、食材にもこだわっています。そのため、食材に対して愛情を持つようにと指導しています。納品された食材は一つひとつ確認し、最後の味付けのときにも食材をチェックし悪いものは出さないようにしています。

日々、料理はセンスと気持ち、愛情を持って作っていかなければならないという思いを持ち続けています。

(文責 行政 中西恵)