



Vol. 58
MONTHLY 7月1日発行

タイの
ハーブ鍋で
心も体も
ポカポカに

タイの台所新聞

www.allied-thai.co.jp/newspaper

▲ バックナンバーもこちらで公開中!! ▲

日本でも大人気! あったかハーブ鍋



鶏がら×豚骨スープと2種類のタレで
絶品ハーブ鍋をますますおいしく!

日本でもぜひ、おいしいジムジウムを!
鶏がらと豚骨でだしを取ったスープは、ハーブの爽やかさと奥深い旨みのバランスが絶妙。つけダレにはすっきり辛く香ばしい香りのイサーンソースとオリジナルの塩ハーブダレの2種類を用意。肉と野菜がどんどん進む、まったく新しいおいしさです。
..... 1人前2,000円。



その他のイサーン料理も豊富!

手作りイサーンソーセージや合鴨のひき肉サラダなど、ジムジウムのサイドメニューにぴったりのイサーン料理も豊富。お得なハーブ鍋コースもあり。

日本で
イサーンハーブ鍋を
食べるなら
ここ!

One Dish Thai [渋谷宮益坂店]

タイから直送される食材を贅沢に使った
本場の味わいイサーン料理を堪能!
現地直送の本場の食材をふんだんに使ったタイ料理が味わえると評判のレストラン。10月のメニューリニューアルに伴い、ますます充実したイサーン料理は、「現地さながらのおいしさ!」と早くも人気に。まずは渋谷で、気軽に本格的なハーブ鍋を味わってみませんか。

住: 東京都渋谷区渋谷1-8-5 小山ビル2F
電: 03 6419 7350
営: 11:30~15:00, 18:00~23:00 休: 月曜
文: 渋谷駅より徒歩約5分

シーフード
もアロイ!!

定番!!

右ジムジウム(豚肉のハーブ鍋)。ジムジウムの具と言えば、タイでも豚肉が定番! 生卵を豚肉に絡ませると、ふわっと柔らかな食感に。上パンコクで人気の、シーフードのジムジウム。エビ、イカ、カニ、魚に加え、タイ人が大好きな魚のつみれも欠かせない食材。

イサーンのハーブ鍋で 冬もあったかタイ料理

今 年もいよいよお鍋の季節!
そこでご紹介したいのが、

体の芯までポカポカに温めてくれるタイのハーブ鍋、ジムジウム(チムチムと表記する場合もあり)。

タイ料理というと暑い季節に食べるもの、というイメージが強いかもしれませんが、実は寒い冬こそ恋しくなる、あったかスープやお鍋も意外なほどたくさん揃っています。なかでもハーブをふんだんに使う鍋料理、ジムジウムは体に優

しく栄養豊富。すっきりとした味わいも日本人好みで、寒い冬の日本でこそ味わいたいタイを代表する鍋料理なのです!

旨みと香りが病みつきに!
今、注目の絶品エスニック鍋

タイ東北部、イサーン地方の料理として知られるジムジウムですが、パンコクでもあちこちで食べられる人気料理のひとつ。スープにはレモングラスやこぶみかんの葉な

どのハーブが入っているほか、具材にもスイートバジルや野菜がたっぷり栄養満点。香りがいいのはもちろん、唐辛子の入ったタレを付けて食べれば体の芯からポカポカと温まるので、冷えが気になる日本の女性にもぴったりの一品です。
もちろん、その味わいも保証付き! ハーブや香味野菜の旨みと香りを閉じこめたスープで煮込んだ豚肉や野菜は、口に含んだ瞬間にふわっとエスニックな風味が広がりまさに絶品! 一度食べたら病みつきになるおいしさで、この冬注目を集めているタイのハーブ鍋、ジムジウム。日本でも味わえるのでぜひ一度お試しください。

バンコクで
イサーンハーブ鍋を
食べるなら
ここ!

サバイジャイ

イサーン料理とシーフードが人気の食堂

本格的な味わいのイサーン料理と新鮮なシーフードがお手頃料金で味わえるとあり、大人気。看板メニューは、ふっくら柔らかな写真のガイヤーン(チキンの炭火焼き)。ハーブ鍋のおいしさにも定評があり、必ずオーダーするという在住日本人も多いそう。



「サバイジャイ」のジムジウムのこだわりや詳細データはwebでチェック!!

http://allied-thai.co.jp/jim-chum/



アマラー先生の タイ料理 レッスン



タイ料理好きなら一度は食べたことのあるベーシックなメニューから日本の食材を使った華やかなオリジナルメニューまで。簡単なのにおいしいタイ料理レシピをお届けします。



氏家アマラー昭子

『きょうのごはんはタイ料理』ほか多くの著書を持つ、日本タイ料理研究界のバイオニア。

1967年より2年間、タイの首都バンコクに在住。以降、バンコク宮廷料理レストラン「アサラカム」のチーフシェフ、ブチュー氏に15年間に渡り師事。現在も料理教育で有名なスワンウット大学に年に2回通い、タイ料理への造詣をさらに深めている。伝統的なタイ料理はもちろん、日本の食材を最大限に利用したオリジナルタイ料理レシピにも定評がある。タイ料理教室「アマラズ・キッチン」主宰。



「きょうのごはんはタイ料理」NHK出版刊



「簡単なのに本格派! はじめてのタイ料理」講談社刊



調理時間
20分

お家でできるタイハーブ鍋

ジム・ジウム

ご家族やお友達同士で鍋を囲む機会の多い季節になりました。

1面でも特集したジム・ジウムは基本的なタイの調味料とハーブでご家庭でもお楽しみ頂けます。

鍋料理の新たなレパートリーにいかがでしょうか。

材料【4人前】

- | | | | |
|---------------|-----------------------|--------------|--|
| A
(具材) | しゃぶしゃぶ用豚肉または、そぎ切りした鶏肉 | 400g | |
| | イカ、海老、ホタテなど | 適量 | |
| | 水菜、ター菜、白菜など | 適量 | |
| | スイートバジル | 適量 (多めが美味しい) | |
| | 玉子 | 2個 | |
| B
(スープベース) | バイマックルート | 10枚 | |
| | レモングラス | 6~8本 | |
| | カー | 6~8枚 | |
| | ブリッキーヌー | 8本 | |
| | 鶏ガラスープ | 4カップ | |
| | タマリンド | 大さじ4~5 | |
| C
(つけダレ) | シーユーカーオ | 大さじ5 | |
| | 砂糖 | 大さじ2 | |
| | タマリンド | 大さじ4 | |
| | シーユーカーオ | 大さじ5 | |
| | 砂糖 | 大さじ2 | |
| | んにく(みじん切り) | 1片 | |
| | ブリッキーヌー(みじん切り) | 6本 | |

作り方

- 1 鶏ガラスープに残りのBのハーブ、調味料を入れスープベースを作る。
- 2 豚肉には玉子をまぶしておく。
- 3 Cを混ぜ合わせ、つけダレを作る。
- 4 スープベースを温めながらAの具材を入れ、火が通ったらタレを付けていただきます。



ポイント

豚肉に玉子をまぶしておくと言いが逃げず、美味しく頂けます。



ナンプラー活用レシピ満載!

これ一冊でおうちで
タイ料理が楽しめる!

魔法の調味料ナンプラーを使って、お料理初心者でも簡単に本格タイ料理が楽しめます!

アマラー先生の最新刊
簡単なのに本格派!
「はじめてのタイ料理」
講談社刊/氏家アマラー昭子著

全国書店及び
タイの台所オンラインショップで
大好評発売中!

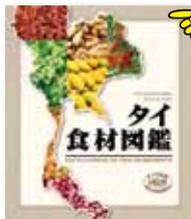
<http://item.rakuten.co.jp/tainodaidokoro/book-005/>

Q.21 タイと日本のスイートバジルの違い、知ってる?

イサーンハーブ鍋の具材としても欠かせない、スイートバジル。実はタイで流通しているものはタイの在来種で、日本で流通しているものとは違う種類。では、両者の違いって?!

タイ食材
クイズ

答えは「タイ食材図鑑」P.54でチェック



【スイートバジル】

シソ科メボウキ属
[ไทยพว] (ホーハー) [タイ]
Sweet basil [英]



「タイ食材図鑑」
1890円(送料込み)

タイの台所オンラインショップ www.rakuten.co.jp/tainodaidokoro/ にて絶賛発売中!!

タイをよく知る人々に愛される、おいしいタイ料理レストランを厳選。月替わりで日本とタイから二軒ずつご紹介しします。

タイ好きが通うタイレストランガイド

EAT Eat All Thai

チットロム

【最上食材×家庭の味で大人気!】

最新レストランやショップが集まる『GROOVE @ Central World』にきたレストラン。こちらのテーマはタイ各地で採れる最上級の食材を使い、各地方の家庭で作った料理を集めたポットラック(持ち寄り)パーティ。東西南北を問わず、タイ各所の本格的な家庭料理を味わえどあり、味にうるさいタイのセレブたちからも絶大な支持を受けています。アユタヤの川エビやチャイヤ産の塩卵、スラター産の力ニ卵など、タイ国内でも有名な高級食材が揃うほか、小さな工場で代々作られている最上のナンプラーやシリンプベーストなど、調味料にもオーナーの徹底したこだわりが。ちよとだけ贅沢な、タイの家庭の味を堪能できます。



上:グリーンカレーチャーハンの塩目玉焼き添え160B。旨みたっぷりの目玉焼きが、味わいのアクセントに。下:明るい自然光が差し込む、気持ちのいい空間。



おすすめメニュー

クンメーナムパオ (ジャンボ川エビのグリル) 800B~



濃厚なミソがたっぷりの川エビを、スパイシーなソースドソースで。エビの大きさにより800~1500B前後。



住: 2F, GROOVE@Central World, Central World, 999/9 Rama 1 Rd., Bangkok

電: 02 251 1230

営: 10:00~22:00

休: なし

交: BTSチットロム駅、サイアム駅よりスカイウォーク直結。徒歩約10分。

タイの“あは〜ん”事情

タイの「あは〜ん=食」事情をお伝えするこのコーナーでは、タイ人が夢中になっている食の流行や食べ物関係のニュースを徹底調査。旅行ではなかなか見えてこない、リアルな「今」をお届けします!

第45章

世界に、本物のうどんを伝えるため 目指すは日本以上のクオリティー!



7種類の野菜の天ぷらがのった、ボリュームのある「野菜天うどん」200B。弾力がありしなやかな食感ながら、しっかりとコシを残した麺は、タイ人にも日本人にも好評。



里のうどん Mercury Ville店 ☎02 658 5890

BTSチットロム駅直結、Mercury Villeの3階。関西風のうどんのほか、タイではごはんや定食などのメニューも充実している。

17年前、神奈川・藤沢で4坪のプレハブ小屋からスタートしたという「里のうどん」。当時からいつか海外で、と考えていたという創業者の思いが、ついに実現し、14年1月に海外第1号店となるこちらの店舗がオープンしました。

「セルフうどんが主体だったバンコクで、目指したのは、本物の味を届けること」。そう語るのには、バンコクに赴任してきた浜野勉さん。まずは、水質が違うバンコクで日本の味を再現するため、わざわざ日本から持って来た大型の軟水器を設置。麺、出汁ともに半年以上をかけて試作を重ね、現在も改良を続けているそう。その甲斐あり、今ではお昼時ともなれば店内は多くのタイ人と日本人客で満席に! 年内にはタイ国内にさらに3店舗、またハワイにも出店するなど、まさに破竹の勢い。「タイ人の日本食に対する要望



「明太子クリームうどん」280B。西洋人のお客さまも多いこともあり、パスタ系の創作うどんも人気が高い。

寒～い
冬こそ
熱々旨辛

イサーンのハーブ鍋 「ジムジウム」を

One Dish Thai 渋谷宮益坂店で



まだまだ日本では扱うタイ料理店も少ない、イサーンハーブ鍋「ジムジウム」。スープは豚の背骨と鶏がらの旨みと野菜の甘みたっぷり!さらに、この料理の特徴であるハーブは惜しみなく使用しました。タイ食材輸入商社直営店だからできた本場の味を是非お試しください。

ここが違う One Dish Thai のジムジウム



スープは無化調!



ハーブたっぷり!



現地で学んだシェフが調理!

タイ食材輸入商社の運営だから

美味しい!本場の味!



お手頃な値段が嬉しい!



One Dish Thai 渋谷宮益坂店
東京都渋谷区渋谷1-8-5 小山ビル2階 ☎03 6419 7350
●Lunch 11:30~15:00 (LO14:30)
●Dinner 18:00~23:00
●土日営業 17:00~23:00 ●月曜定休日
渋谷駅より徒歩5分 <http://www.one-dish-thai.com/>



One Dish Thaiの
おすすめ情報を
Facebookで更新中!>>>

<https://www.facebook.com/thainodaidokoro>



家バル

オンラインショップ

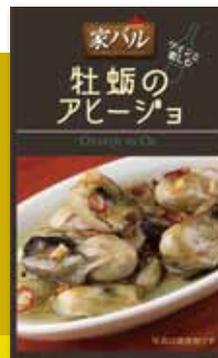
おすすめ商品



2日間で
2,000本
売れました!

オーガニックバージン
ココナッツオイル

ココナッツから搾られる天然の植物油。パンに塗ったり、コーヒーや紅茶に入れたり、トランス脂肪酸を含まないヘルシーなオイルです。



人気の家バルに
待望の
新商品!

牡蠣の
アビージョ

旨みがぎゅっと詰まった小ぶりの牡蠣をスペイン風のオイル煮(アビージョ)にしました。牡蠣の旨みが染み出したオイルもぜひお楽しみください。

お買い求めは楽天タイの台所オンラインショップで
<http://www.rakuten.co.jp/tainodaidokoro/>

タイの台所オンラインショップ

検索