Vol.62
MONTHLY 6月1日発行

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!! ▲

今こそ知っておきたい ココナッツオイルの品質

その効能の高さから日本でも人気のココナッツオイルですが、意外と難しいのが良い商品の選び方。そこで今回はココナッツ商品のタイ最大手ブランド、チャオコーで「ココナッツオイルの正しい選び方」を取材しました。

基準が曖昧だからこそ食品品質の安心な商品を

ココナッツオイル関連でよく目にするのが「エキストラヴァージン」という表記。高品質なオイルを選ぶためのわかりやすい基準のように見えますが、実はそこが落とし穴。国際オリーブ理事会により「エキストラヴァージン」の基準が定められているオリーブオイルと違い、ココナッツオイルには基準がなく、現在はメーカーの〝自己申告〟状態。そもそも熱に弱いオリーブと熱の影響をほぼ受けないココナッツは性質がまったく異なるので、オリーブの基準である「エキストラヴァージン」を元にすること自体が意味のないことなのです。

では、どのような基準で選んだらいいのでしょうか。まず重要なのが素材となるココナッツの質。チャオコーには厳しい基準をクリアした新鮮なココナッツが毎日届きその日のうちに加工するため、フレッシュで上質なオイルを搾ることができます。また、食品品質レベルの管理の下で製造されていることも重要。元は工業油や化粧品に使われていたため、そのような製品の工場で作られていることが多いココナッツオイル。ですが口に入れるものだけに、食品としての品質と味を保証してくれるメーカーを選ぶことも、健康と安心のために実はとても大切なポイントです。

もちろん、チャオコーのココナッツオイルはその点でも申し分なし。他社ではまだ取り入れていない真空オイルクリーナーで水分を飛ばし、機械による脱気充填で瓶に詰めるため品質の劣化を最小限に抑えることができ、安心して口にできる高品質なココナッツオイルが生まれるのです。弊社サイトではチャオコーの代表がすすめるココナッツオイルの使い方も公開中。気になる方は今すぐウェブへ!

タイが誇るココナッツブランド チャオコーのココナッツオイル『高品質へのこだわり』

タイ国内でココナッツミルクのシェア約60%を誇るチャオコー。今回はココナッツオイル製造工程を取材。他社とは一線を画す、大手食品メーカーならではのこだわりポイントをご紹介します!

1 毎日大量に届くココナッツ。規定に満たないものを手作業で取り除いた後、さらに機械にかけてサイズをチェック。良質な油脂を含んだものだけを厳選。

2 衛生面、温度面も厳しく管理された清潔な工場。ココナッツオイルを作る工場には屋根があるだけで衛生管理とはほど遠い場所も多いが、チャオコーは大手ならではの安心管理。

3 皮をむいた後は15℃の冷蔵室で保存され、その後ココナッツミルクに。保存時間は24時間以内と決められ、新鮮なうちに加工される。もちろん、溶剤等は使わず無添加で搾っている。

4 **遠心分離機** ココナッツミルクを遠心分離機にかけ、オイルを抽出。通常は1〜2回かけるメーカーが多いが、チャオコーでは3回かけることで純度の高いオイルに。

5 **真空オイルクリーナー** オイルに含まれる水分を飛ばすための工程。いかに水分を少なく仕上げるか、にこだわるチャオコーだけの工程だそう。

6 **フィルタリング** 0.7ミクロンのフィルターで、異物を濾過。通常は1回だけのメーカーが多いが、こちらでは2回濾過している。

7 **脱気充填** 劣化を最小限に防ぐため、空気を抜いて充填している。こちらも他社では見られない工程。口に入れるものだけに、空気や水をできる限り減らし最高の状態でお客さまの元へ届ける努力を惜しまない。

女性たちの丁寧な手作業で取り除かれる茶色の薄皮。真っ白な実が顔を出す。

機械を使い、1個1個硬い殻をむいていく。1日に処理する量は約30,000kg。

タイ・ココナッツオイル界の権威 Dr. Narong Chomchalaoが発表した『ココナッツオイルのココがスゴイ!』

Conservation and Development of Coconut Oilの会長であるDr. Narong Chomchalaoが、2015年3月にバンコクで行われた国際ココナッツオイル会議でココナッツオイルの効能についての研究結果を発表。その効能にタイでも注目が集まっています。

1. コレステロール値を下げ、太りにくい体に導く
2. 脂肪分を体外に排出する効果が期待できる
3. 肌や髪に塗ることで栄養を与え、保湿効果がある
4. オイルでうがいすることで、口内のバクテリアを除去しデトックス効果が得られる

日本でも買える! チャオコー ココナッツオイル

厳しい品質管理の元で製造された、安心のココナッツオイル。無添加、無精製で味と香りがよく、料理に使ってもコーヒーや紅茶などのドリンクに加えてもおいしくいただけます。

『タイの台所 オンラインショップ』で発売中!
http://item.rakuten.co.jp/tainodaidokoro/coconuts-oil/

タイのココナッツ王がすすめるオイルの使い方を公開中!
http://allied-thai.co.jp/column/

構成／文
タイ料理ライター
白石路以

ご意見・ご感想を大募集!

より良い誌面にするために、弊誌へのご意見やご感想を募集しています。ご応募いただいた方の中から、毎月抽選で10名様に「タイの台所　パクチードレッシング」を1本プレゼント。お名前と年齢を明記の上、下記メールアドレスまでお寄せください。当選された方にはメールにてご連絡いたしますので、賞品送付先のご住所とお電話番号をお知らせください。応募期間は2015年12月末日まで。
allied@allied-thai.co.jp

アマラー先生のタイ料理レッスン

ベーシックメニューから
日本の食材を使ったオリジナルまで。
簡単なのにおいしい
タイ料理レシピ。

氏家アマラー昭子

日本タイ料理研究界のパイオニア。バンコク宮廷料理レストラン「ブサラカム」のチーフシェフ、ブンチュー氏に15年にわたり師事。現在もタイの料理教育の名門・スワンドゥシット大学に年に2回通い、造詣を深める。著書に『簡単なのに本格派! はじめてのタイ料理』『きょうのごはんはタイ料理』ほか多数。タイ料理教室「アマラーズ・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

鶏のサテ風 ココナッツオイル焼き

タイの定番鶏料理ガイヤーンを、串焼きのサテ仕立てに。ヘルシーなココナッツオイルを塗りながら、焼き上げます。パーティーシーンにもぴったりな1品で

調理時間 20分 *
*マリネ時間は除く

スティック野菜などとともに、フリルレタスで包んで食べるのがおすすめ。

材料【2人前】

- カレー粉……大さじ1/2
- 塩……適量
- 黒こしょう……適量
- ココナッツミルクパウダー…大さじ3
- お湯……大さじ2
- にんにく(潰したもの)……1片
- ナンプラー……大さじ2
- ココナッツオイル……適量

タイNo.1ブランド「チャオコー」のココナッツオイル。脱気充填と水分を抑えることで高品質を維持。

作り方

1. ココナッツミルクパウダーをお湯で溶き、カレー粉に塩と黒こしょうを合わせたものと、ナンプラー、にんにくを加えて混ぜ合わせ、漬けダレを作る。
2. 鶏もも肉を一口大に切ってボウルに入れ、漬けダレを加えてよく混ぜる。表面にラップを密着させて、冷蔵庫で1日マリネする。
3. 2を金串に刺し、魚焼きグリルで11〜12分焼く。表面に軽く焼き色がついたら、表面と裏面にココナッツオイルをハケで塗り(固形の場合は、軽くレンジにかけ溶かす)、焼き上がりにも好みで塗る。皿に盛り、フリルレタスやスティック野菜(人参・大根等)、パクチー(いずれも分量外)を添える。

調理時間 15分

キャロット・ラペ コリアンダー風味

フレンチデリの定番にんじんサラダを、パクチー(コリアンダー)風味でひとひねり。オレンジの酸味とも相まって、さわやかな美味しさ。

パクチー革命!
パパッと満足レシピ

材料4人前

- にんじん……1本
- 塩……適量
- ブラックオリーブ……5〜6粒
- オレンジ……1/2個
- レーズン(カレンツ)……20g
- タイの台所 パクチードレッシング……適量
- 白こしょう……適量
- パクチー……適量

作り方

①にんじんを千切りにし、塩を少々ふって軽くもみ込み、なじませる。そのまま数分置いて、出てきた余分な水分を絞りとる。

②オレンジの薄い白皮をむいて果肉を取り出し、半分に切る。ブラックオリーブを輪切りにし、種を取り除く。

③①のにんじんと②のオレンジ、オリーブ、レーズンを合わせ、パクチードレッシングを加えて和える。皿に盛って白こしょうを挽き、パクチーを飾る。

今回の注目!!

パクチーが香る「タイの台所 パクチードレッシング」。タイの香りを、手軽に色々な料理に。

in THAILAND VOL.8

タイ好きが通うタイレストランガイド

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、日本とタイから一軒ずつご紹介します。

ナナ Pray Raya

プーケットの人気店が進出

プーケットで20年以上続く人気店が、バンコクに進出。緑に囲まれた開放感のある一軒家は、まるでリゾートにいるよう。南タイならではの食材を使った本場さながらの料理が楽しめるとあり、早くも食通タイ人の間で話題を集めています。

こちらでぜひ味わいたいのが新鮮な南タイの食材を使った料理の数々。なかでも小エビを燻して作る南タイ名物のクンシアップは、日本の料理店ではなかなか食べられない貴重な一品です。タイ料理の中でもとくに辛い料理が多いので、オーダーの際は辛さの好みを伝えることも忘れずに。

右:ゲーンヌアプー400B。カニ肉がゴロゴロと入った、贅沢な南タイ風激辛イエローカレー。ビーフンを添えていただきます。左:明るい日差しが入る気持ちのいいレストラン。

住: 59 Soi8 Sukhumvit Rd., Bangkok
電: 02 253 5556, 091 878 9959
営: 10:30〜22:30
休: なし
交: BTSナナ駅より徒歩約10分。スクンビット通りソイ8を入り、約300m進んだ左手側。

クンシアップの香ばしさと旨みが凝縮した、スパイシーな甘辛いディップ。野菜に付けると止まらない味わい深さ!

構成/文
タイ料理ライター 白石路以

この新聞は各商品に封入してお届けしているため発行日と配布時期が多少ずれ込む場合がございます。また、号数を指定してお届けすることが出来ませんので予めご了承ください。
発行: 株式会社アライドコーポレーション 〒225-0011 横浜市青葉区あざみ野1-4-3 三橋ビル5F
ALLIED CORPORATION 株式会社アライドコーポレーション