



たん・ひこあき  
横浜・中華街出身。東京の中国料理店やホテルの総料理長を経て、'90年に「赤坂瑠宮」のオーナーに。中国へ出向いての研究も欠かさず、滋味深い広東料理の世界を表現し続けている。雑誌やテレビなどでも活躍し、著書に「ベーシックな中国料理」(ソニーマガジンス)など。

乾しいたけは、厚みがあって  
香りのいいものが多い。日本の風土は、  
乾しいたけの生産に最適です。

「赤坂瑠宮」総料理長

譚 彦彬



乾しいたけは、江戸時代から高級乾貨として重宝され、中国と物々交換されていた貴重な食材。中国人ももちろん乾しいたけは大好きで、生しいたけよりはるかによく使う。お中元やお歳暮に、乾しいたけを贈ることも多いんだ。

僕の出身地、横浜の中華街では、虫よけのため、乾しいたけを太陽の下で乾す光景がよく見られた。実は乾しいたけは、太陽の陽を浴びるとビタミンDが増量する。そんなことは知らずの行動だけど、結果、正しいことをしていたわけだね(笑)。

**うまみのパワーに感動する、乾しいたけの蒸しスープ。**

乾しいたけは、ご存じ中国料理には欠かせない食材。高級料理からどんぶりものまで、何にでも使う。色は青菜に映えるし、独特のうまみは、調味料と合わせると相乗効果でよりおいしくなる。煮ものや炒めものには最適だね。広東の名物料理に、乾しいたけの蒸しスープがある。どんこのもどし汁と塩のみで作るスープは、シンプルなのに複雑なうまみがあつて、あらためて乾

しいたけのうまみのもつパワーに感動させられる。僕自身、大好物なんだ。

もどしたら、すぐに使いきること  
が肝心。数日間も水につけっぱなしだと、うまみが逃げてしまう。料理によって、切り方ももちろん変えて。煮ものは大きく、焼きそばは細く、チャーハンはさいの目切り、ギョーザはみじん切り…。切り方によって食感や風味がずいぶん変わり、それも乾しいたけの魅力だね。

**味、香り、厚み、色。  
国産乾しいたけはすべて優秀。**

乾しいたけは、厚みがあつて、もどしたときの香りがいいものほどおいしい。『香り』味』と言つてもいい。国産の乾しいたけは、味、香り、厚み、色、すべてにおいて優秀。日本の気候や土壌は、乾しいたけを自然栽培するのに最適なんだ。最近は何とず手間や価格の面から、生しいたけや、中国産を使う中国料理店も少なくない。でも、国産の乾しいたけを使った料理のうまみは比べものにならない。乾しいたけになじみのない若い人にこそ、ぜひ食べ比べて、国産の乾しいたけの魅力を感じてほしいね。