



ケンタロウ

東京都出身。料理研究家の小林カツ代さんを母に持つ。“簡単でおいしく、しゃれっ気があって現実的”がモットーの料理は、老若男女問わず人気を呼び、雑誌やTV、ラジオで引っ張りだこ。「小林カレー」(幻冬舎)、「ケンタロウの白いご飯に合うおかずだけ」(NHK出版)など、著書も多い。

乾しいたけは、王道で味わいたい派。  
白いご飯に合う  
乾しいたけのおかずは、最強です。

料理研究家

ケンタロウ



大人になってからわかる、  
乾しいたけのすばらしさ。

僕の乾しいたけの最初の記憶は、母が作ってくれた乾しいたけ入りの中国風スープ。でも、子どものころは、乾しいたけは敬遠していたかな。子どもや男性つて、乾物つていつたつてチンブンカンブンだよ。彩りはなんだか地味だし、そのまま食べられるものでもないし、どう扱っていいのかわからない。僕が乾しいたけのすごさがわかってきたのは、やっぱり大人になってから。

大好物の  
カレーライスに加えれば、  
いつもと違った和風味に。

うまみたっぷりの乾しいたけは、それだけで主役級の存在感。どんな料理にしても、ベースとなる味が強くなるよね。僕は、大好物のカレーライスに入れることがいちばん多い。もどした乾しいたけは半分くらいにゴロツと切つて、もどし汁も一緒にルーに加える

んだ。味が和風にガラッと変わるから、いつものカレーに飽きたらぜひ試してほしいな。しいたけ嫌いには、細かく刻んでだまって入れちゃおう(笑)。

ほかには、チャーハンや混ぜご飯に入れることも。もどし汁に昆布だしや鶏ガラスープを加えて、スープも作るよ。洋風料理では、もどして薄切りにし、オリーブ油で炒めてパスタに。生クリームを加えて、クリームソースにしてもイケるよ。ハンバーグのきのこソースに使ったり、キッシュに入れてもいい。要は、乾燥ポルチーニと同じように考えればいいんだよ。

いろいろ言っただけれど、個人的には、乾しいたけは奇をてらわずに、王道で味わいたい派。たとえば、友達の家で夕食が出たときに、乾しいたけと鶏肉の煮ものなんかが出てきたら、「おっ」と思うよね。含め煮、豚肉との甘辛煮、春雨との炒めもの…。乾しいたけのおかずは、白いご飯に本當によく合う。こうしておかずにして食べるのが、やっぱりいちばん好きなんだなあ。