



天野ひろゆき
愛知県出身。お笑いコンビ「キャイ〜ン」のツッコミ及びネタ作り担当。俳優や司会者、映画監督としても評価は高く、テレビやラジオ、映画、舞台などで幅広く活躍中。「キャイ〜ン天野ひろゆきのとっておきオレシビ」(INFAS BOOKS)を出版するなど、料理上手としても有名。

うまみたっぷりの乾しいたけは、
味の濃い料理に入れても抜群の存在感。
和洋中、何にでも使い回します。

お笑い芸人
天野ひろゆき



高校時代、和洋中と何でも出すレストランでアルバイトをしていた僕。店長が適当な人だったから(笑)、代わりにキッチンを任せちゃったんだよ。店長から料理を教わるにつれ、自分が料理好きでことに気づいたんだ。今でも週5ペースで自炊をしているし、友達にもよくふるまっているよ。

話題の食べるラー油にも乾しいたけを加えて。

白いご飯に合うおかず系がやっぱり好きで、よく作る豚汁には乾しいたけを入れるね。あと、僕の出身地である名古屋の名物、みそ煮こみうどん。これにも乾しいたけを加えるんだけど、あの濃厚な八丁みそにも負けない、いいだしが出るんだ。ハンバーグやナポリタン、カレー、チャーハンなど、味の濃い料理に入れるのはおすすめです。

魚介類ときのこのバジル炒めもイチオシ。好みの魚介ときのこ、バジルの葉をオリーブ油で炒めて、これにも乾しいたけを少々。基本的に、きのこを使う料理なら、少し加えるだけでも深みが増すので、重宝します。ちな

みに僕は、お酒は飲みませんが、ワイン好きの友達にも好評です。

あと、話題の食べるラー油。僕もオリジナルレシピを持っているくらいはまっているんだけど、これに乾しいたけを軸ごと刻んで入れるとおいしいよ。
かつおや昆布と合わせると、うまみは何倍にもふくらむ。

母親も手料理が得意な人で、自分で生しいたけを干して、乾しいたけを作ったりしていたなあ。もどして薄切りにしたものをみそ汁に入れたり、刻んで春巻き具にしたり。もどし汁は、おでんのだしやうどんのつゆに加えていたね。乾しいたけのもどし汁は、それだけでと香りやエグ味が強いけど、かつおだしや昆布だしと合わせると、うまみが何倍にもふくらむんだ。

乾しいたけって、もどす手間を考えると面倒に思いがちだけど、あるとないではおいしさがまったく変わるし、栄養価もぐんとアップするよね。僕にとっては、レシピのアイデアをどんどんふくらませてくれる、とつてもエライ食材です。