

卵の殻を剥いて食べる「玉子焼」



調理師は、食材の無駄を省きながら原価率を抑える調理をするのは当たり前のことですし、限られた人材を上手に指導することも求められています。玉子焼は、かつて「巨人」「大鵬」「玉子焼」と並び称されるほど国民的人気のあるメニューでもあり、いまでも子供から年配者までは広く食されている一品で、お弁当の定番メニューです。そのうえ、他の食材に比べて高いコストパフォーマンスに優れ、手軽に調理できるという利点を備えています。しかし、玉子焼というのはシンプルなものだけに他店との差別化をしにくいことがネックになっていた。で、遊び心を取り入れた茹で玉子のように卵の殻を剥いて食べるというサプライズの「玉子焼」にして、行楽弁当などの一品に入れて好評を得ています。



- ① 熱がまわったら玉子焼鍋に油を敷き、溶き玉子を薄く流し、ゆるゆるの状態で手早く手前に巻き込んでいく。
- ② ①にあまり火が入っていないうちにどんどん巻いていく。
- ③ ②の状態で、箸で空気を抜きながら、焼鍋の半分まで巻き込む。
- ④ ③を鍋の先に移動して、先と同量の溶き玉子を流し込んで、同じようにあまり火の入らない玉子焼を巻いていく。
- ⑤ 中まであまり火の入っていない半返しの玉子焼を卵の殻に入る大きさに切り分ける。
- ⑥ 卵パックに5分の4ほど残した殻を固定して、⑤を縦に詰め、すき間に残りの溶き玉子を注ぎ込む。
- ⑦ ⑥をスチームコンベクションにかけて、冷まして殻を剥いたもの。



鯛のアラで取った「万能出汁の素」。



⑦ ⑥をスチームコンベクションにかけて、冷まして殻を剥いたもの。

解説



武田 博行
料理研究家 比呂武
恵比寿亭
(埼玉県上尾市)

卵の端を五分の一の辺りで殻を割り、卵の中身を取り出して溶き玉子にし、五分の四の殻は残しておきます。玉子焼鍋を火にかけて熱がまわったら油を敷き、溶き卵を流し入れて焼きます。半返しという焼き方で、あまり火が入っていないゆるゆるの状態に巻いていき、中はびしゃ玉に近いような状態で焼き上げます。玉子焼を個数分に切り分け、残した殻に詰め込み、残りの溶き玉子を接着材として流し込み、スチームコンベクション（蒸し器でもよい）にかけます。温かいと殻がむけづらいため、冷めてから使うか、冷蔵庫で冷やしますが、冷蔵庫で保存しておけば数日間使えます。また、玉子焼の余熱とスチームコンベクションの余熱でスが入らないように出来上がりです。玉子を焼いたら手早く殻に詰めて流し込むのがポイントです。

子供向けには砂糖、塩を加えて甘めに仕上げ、大人向けには一月号で紹介した「万能出汁の素」を出汁巻の要領で合わせれば美味しく、人数も増えます。*万能出汁の素は、塩分が入っているため魚版の水塩ですね。一番出汁にも味噌汁にも八方出汁にも添加できる万能の隠し味で、継ぎ足し、継ぎ足しても冷蔵しておけば腐らないので使い勝手の良いものです。



調理の工夫

ご協力店紹介



埼玉県上尾市上町 5-19
TEL: 048-771-0138
FAX: 048-771-4957