



味噌と日本酒のペアリング

コラボレシピ

味噌の初物と日本酒で、
秋の夜長を楽しむ

2023

味噌の初物と日本酒で、秋の夜長を楽しむ

日本が誇る伝統食品”味噌”と”日本酒”は、どちらも麹の恵みをいかした発酵食品。
麹由来の美味しさ同士、相性が良く、お互いの味を引き立てます。『味噌ヌーボー初熟』は、フレッシュでフルーティーな味わいが特長の味噌です。この味噌を使った酒の肴レシピに合う日本酒を、唎酒師の村田愛氏に紹介してもらいました。味噌と日本酒のマリアージュをお楽しみください。



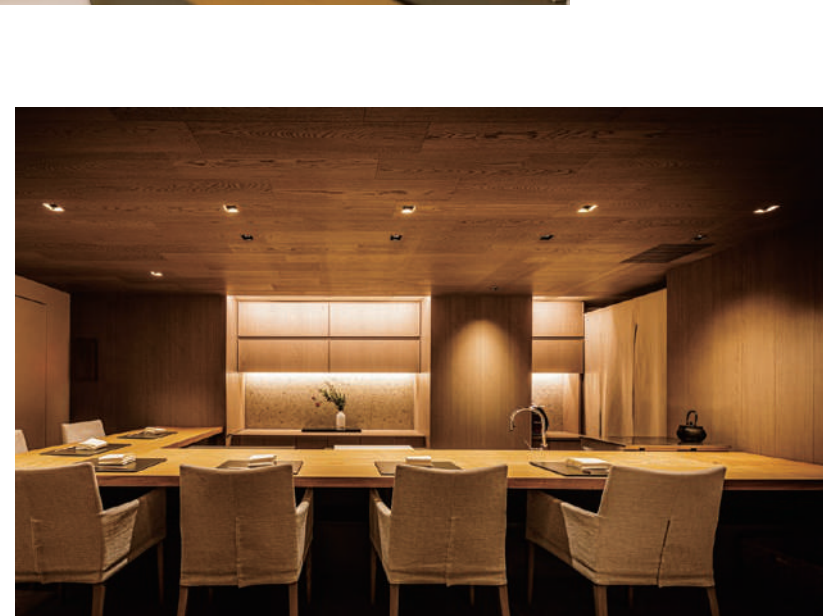
唎酒師 村田愛

発酵をテーマとした日本料理店
「GINZA 鼓 KUKI」マネジャー 唎酒師

以前客室乗務員として勤務していた時に同僚の影響でワインに興味を持ち、ソムリエ資格を取得。その後 J.S.A.SAKE DIPLOMA 資格を取得し日本酒や焼酎の知識を深める。食中酒としての日本酒の可能性は広く、日本酒と料理や食材との相性は無限で、日々新たな発見を見つけるべく奮闘中。

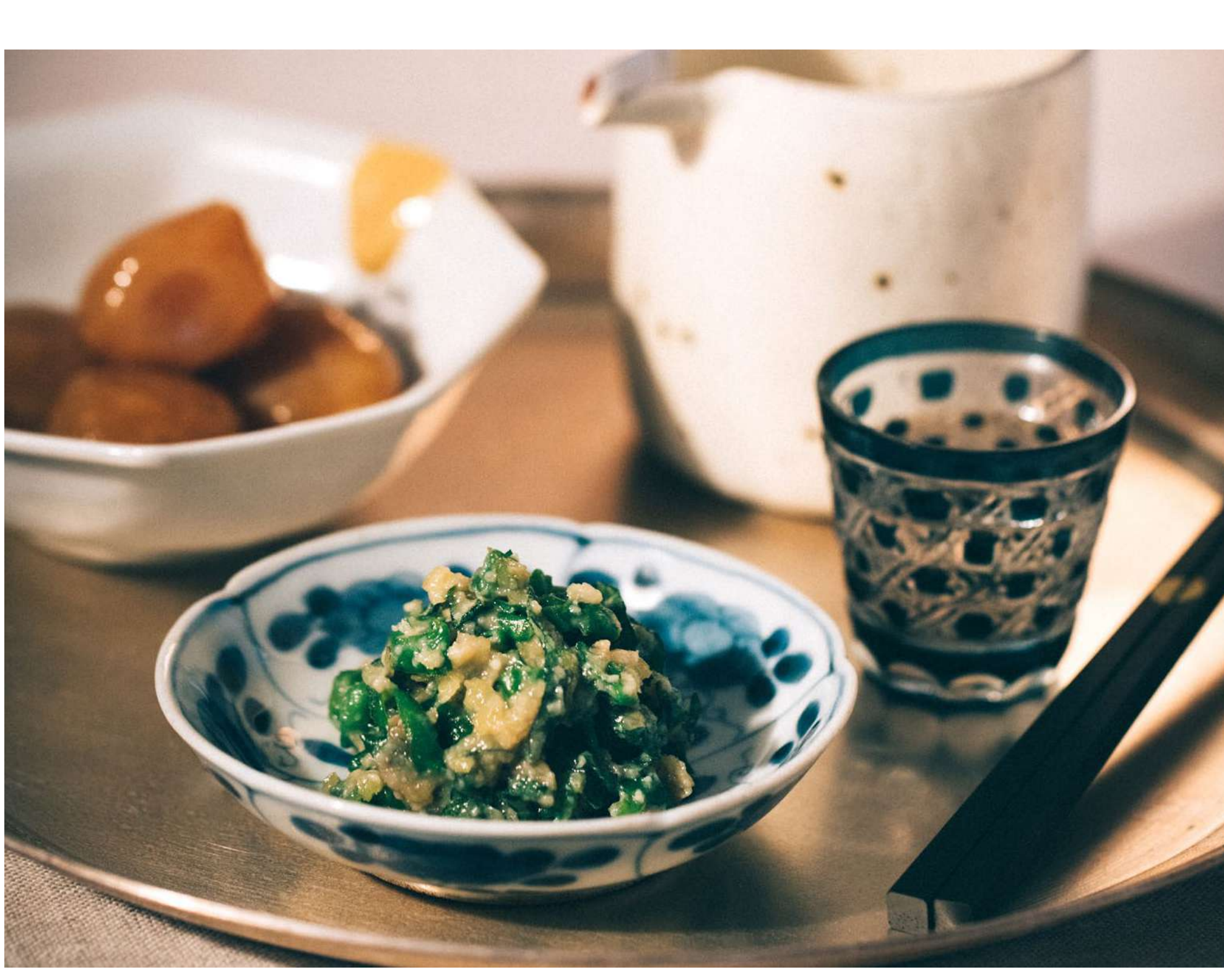
GINZA 鼓 KUKI

ひかり味噌が営む発酵と熟成をテーマとした日本料理レストラン。銀座の地から料理で楽しむ発酵と熟成の技を発信する。四季折々の旬の食材を巧みに扱い、味噌の可能性を様々な料理で紹介する。若手メンバーのアイデアを取り入れ、オリジナリティの高い食体験とサービスが印象的な店を目指す。



味噌ヌーボー初熟と日本酒のペアリング

『和薬味のなめ味噌』× 爽酒*



材料（2人前）

ししとうがらし	15本
生姜	2片（約20g）
青じそ	10枚
味噌ヌーボー 初熟（はつなり）	50g
みりん	大さじ2
ごま油	大さじ1

作り方

- ① ししとうがらしは輪切り、生姜は粗みじん切り、青じそは太めの千切りにする。
- ② 弱火で温めたフライパンにごま油をひき、ししとうがらし、生姜を入れて、軽く炒める。みりんを加え、半分ほどに煮詰まったら火を止める。味噌と青じそを加えて混ぜ合わせ、粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。
- ③ ※冷蔵庫に保管し10日間お楽しみいただけます。味が馴染んだ翌日から食べるのがおすすめです。



※爽酒（そうしゅ）：淡麗（たんれい）と表現されることが多く、軽快でスッキリした味わいが特徴。



ポイントは味噌と薬味の存在です。味噌の風味を生かす方向であればうま味のしっかりしたタイプ、薬味の香りを生かすのであれば、華やかでフルーティーなタイプも合わせられます。ただ酸が強すぎると、酸が味噌の味わいを邪魔をしてしまうので、穏やかな酸味のタイプの方が綺麗に同調してくれます。もし冷酒では合わせづらいお酒は、ぬる燗にすると柔らかさが増してお酒がなめみそに寄り添ってくれます。お試しください。

『しめさばの味噌和え』× 醇酒*



材料（2人前）

しめさば（市販）/2～3枚おろし	1枚（約150g）
新生姜の甘酢漬け（市販）	1パック
青じそ	5枚
味噌ヌーボー 初熟（はつなり）	大さじ1 1/2
ごま油	大さじ1/2
ごま	大さじ1/2

作り方

- ① しめさばは1cm幅のそぎ切りにする。青じそは太めの千切りに、貝割れ菜は根元を切り落とし、半分の長さに切る。新生姜の甘酢漬けはざく切りにする。
- ② ボウルに味噌とごま油を入れて混ぜ合わせ、①、ごまを加えて和える。



※醇酒（じゅんしゅ）：米の旨味やコクが特徴。



しめさばに合わせるポイントは酢の酸味。同じように酸の存在感のあるタイプは合わせやすいです。また、しめさばは味の要素が多く凝縮感があるのでそれに負けないしっかりした純米酒も相性が良いです。生酛や山廃の味が詰まっています酸がはっきりしているものもおススメ！酢締めによって生臭みは軽減していますが、低アルコールのお酒や華やかでフルーティーなタイプは隠れていた臭みを感じやすくしてしまうことがあるので避けた方が無難です。

唎酒師 村田愛 オススメの味噌の楽しみ方



撮影：唎酒師 村田愛



日本酒を頂いた後は、やはりしじみ入りのお味噌汁が欲しくなります。なぜ体がそれを欲するのか？にはちゃんとした根拠があります。大豆に含まれるビタミンやたんぱく質、そしてしじみに含まれるオルニチンが、体のだるさを解消し、二日酔いの要因のひとつとして考えられているアセトアルデヒドの分解を促してくれます。しじみから出るエキスが良いお出汁になるため、味噌を合わせるだけで美味しいお味噌汁が簡単にできるのも嬉しいところです。