



遠火の強火でじっくり焼きます。身がふっくらなのは言うまでもなく、はらわたも舌味のカードが取れて美味しく食べられました！(新鮮なものに限ります)網を充分熱して、焼く前にレモンや酢などを塗ると皮がくっつきにくくなりますよ！大根おろしとかほすですっぱりといただきました。

さんま



焼きりんご

りんごの芯をくり抜き、その中に鈴カステラをつめます。バターを入れてアルミホイルで三重に包み、炭の中へ。焼きあがりりんごにシナモンシュガーを振りかけていただきました。砂糖の甘さとは違う、りんごのほっとする甘さとジューシーさに感動しました。また、りんごの旨味とバターを吸った鈴カステラがまた良い味を出しています！中までゆっくり火を通すには炭はやはり最適ですね！



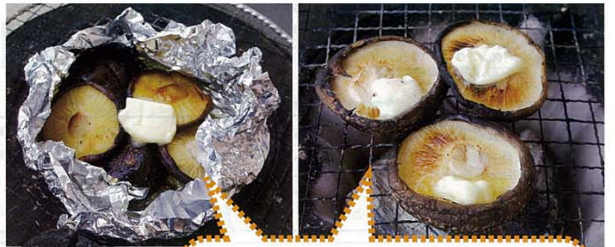
# 秋

## 炭の力で美味しく食べよう!!



### どうして炭火で焼くと美味しいの？

7  
赤外線のおかげで「強火の遠火」ができるから！  
強火の遠火とは、焼き物の理想の焼き方です。炭は一度火が起きると強い火力を維持できますが、近火で焼くと表面が焦げてしまいます。そこで炭火から食材を離して炭が放つ近赤外線が表面をコーティングし旨味を閉じ込め、遠赤外線でもうまく中をあためることで焼き物をふんわりと仕上げられるんです。



しいたけ

本号掲載記事「鮎路がんばつます」の福月さんの原木しいたけを焼いてみました。昔ながらの味と香りがするしいたけです。今回はホイル焼きと焼きしいたけの両方にトライ！どちらも美味しいですが、肉厚で弾力のある食感をより楽しめるのは焼きしいたけかも！バター醤油でいただきましたが、バターが炭に落ちると煙があがってしまうので要注意です。



ニンニク

### どうして炭火で焼くと美味しいの？

2  
水分を含まない熱を発生するから！  
炭を作る段階で原料となる木の水分を抜くので、炭火は水蒸気を含むガス火よりも熱がカラッとしていきます。そのため焼き物がパリッと仕上がります。しかし丁寧に水分を抜いて作られた炭であるほど仕上がりが変わってきますから、炭にもこだわるとより美味しく秋の味覚を楽しめますよ！\*炭の作り方は本号2ページの「おじゃまします」をチェック！

ワイルドに皮ごと直火で焼いたニンニク。「午後からの業務に支障を来すか...!?」と思いつつバクリ。ホクホクのニンニクは、噛めば甘味と香りが口の中に広がりますが、驚くほど後味が残りませんでした！何もつけなくても充分ですが、味噌をつけても美味しいです！

### どうして炭火で焼くと美味しいの？

番外  
炭との最強コンビ 七輪  
七輪は珪藻土を素焼きした天然のセラミックスです。珪藻土は断熱性に優れていることから、七輪の内側に熱が逃げずこもり、少ない木炭で長時間燃焼し続けます。また珪藻土自体からも遠赤外線が放出されるため、木炭から放出される赤外線とあまって焼き物をパリッとジューシーに仕上げてくれるのです。



もち

炭の熱いが収まってきた頃が焼き時です。今回は思ったよりまだ熱いがあつたので少し焦けてしまいましたが、それもまた香ばしく外がカリッ、中はもちもち〜でした！のりをサッとあぶってこそべ巻きにすると、なお美味しい！



焼き芋

炭が落ちるあたりで、塩水につけた「紅あずま」を濡らした新聞紙でくるみ、さらにホイルに包んで、じっくり焼きます。良い匂いがしてくるけど、まだ我慢！待った甲斐があり、焦げた新聞紙の中のイモを割ると甘〜い香りが!! 熱々ホクホクで甘みの中にほのかに香ばしさもあり、炭の余熱で最後の一品まで美味しく頂きました。

夏が過ぎて、バーベキューシーズンももう終わり...ですが、秋には美味しい食材がいっぱい。素材の力を引き出せる「炭」で、もっと美味しく秋の味覚を楽しみましょう！今回は炭にもこだわり、お手頃な価格と確かな品質の@住友燃料店の「ツルイ木炭(レジャー&BBQ用5kg1,000円)」を使って焼きました。一度火を起こすと、この炭は2時間程保ちますのでとても経済的でした。



上側部分の白い皮を切り取ったカマンベールチーズをアルミホイルに乗せ、七輪の上で溶かします。ブロックベーコンも香ばしく焼きましょう。トロトロのチーズとの相性はバツグン！カマンベールチーズにポイルしたほうれん草のみじん切りを加えると、彩りと風味が良くなります。



炙りベーコンフォンデュ



ブロッコリー トマト じゃがいも パプリカ

茹でずに生のまま焼くブロッコリーが美味しいと聞いて焼いてみましたが、茹でた方が良いです(笑)しかし、どの野菜も炭で焼くと甘みが増していました！オススメはパプリカ。カマンベールチーズにディップしても美味しかったです！小さなじゃがいもは下茹でをし、串で刺しました。焼く時には転がらず便利です。じゃがいも三兄弟ですね。



焼き鳥

スーパーのお惣菜コーナーで売っているタレ付の焼き鳥と鶏皮を焼き直してみました。レンジなどで温めるだけでは、食感はイマイチですが...さすが炭火は炭火の力、カリッと焼かれて香ばしさ倍増です！炭のマジックでお惣菜コーナーにあったものとは思えない味に大変身です。

秋の味覚の美味しさを最大限に引き出してくれる炭。でもそれだけではなく、肌寒くなってきたこの時期に炭の香りが漂うと気持ちまであたたかくなります。今年の秋は、美味しい味覚を楽しみながら皆で炭を囲って暖を取る「ひと味ちがう秋」を楽しんでみては？