

2012.2号 こんにちは！カンダとご縁のあった方にお届けします



# 酢豚にパイン



中国料理店・外食産業など飲食店に役立つ情報をピックアップしました

★こんにちは、カンダの神田智昭です★

ご存知ですか？

こだわりの“新潟食材”あれこれ



新潟の郷土料理のつべにも使われる里芋のブランド！「帛乙女」

新潟代表郷土料理『のっべ』にも使われてる里芋『帛乙女（きぬあとめ）』をご紹介します。五泉地区で栽培されている里芋で特徴は大変ねばりが強く、きめが細かい、のっべには欠かせません。名前の由来は日本三大生地産地である五泉産『絹織物』のきぬにたとえられ、乙女の愛らしさで人々に親しんでもらえるように名づけらようです。

栄養価は里芋独特のヌメリは、水溶性食物繊維であるガラクタンとムチンによるもので、ガラクタンは脳細胞を活性化させ、痴呆やボケ防止する効果があり、さらに消化を促進する作用もある。ムチンは「れんこん」にも含まれているが、胃腸壁の潰瘍を予防し肝臓を強化する働きや、滋養強作用もある。

食物繊維を多く含み低カロリーの里芋は、便秘で悩む方や、ダイエットしたい方にお勧めの食材です。

のっべについてもちょこっと紹介します。新潟でも、住んでる地域や各家庭によって具材・味付けは異なりますが、我が家のはんべには、里芋・にんじん・しいたけ・銀杏・ちくわ・かまぼこ・こんにゃくが入っており、味付けは、しょうゆ・みりん・砂糖酒・水で後は煮込むだけです。ちょっと甘めに仕上がります。簡単にできますので、ぜひ作ってみてください！



## カンダの人気商品紹介コーナー

### 『ステンレス中華五徳』の巻

18-0ステンレス中華五徳φ170mm × H30mmをご存知ですか？「中華鍋って便利なんだけど、家庭のガスコンロにはグラグラ不安定でちょっと使いにくいよね」という悩みを解決します。使い方は家庭用ガスコンロの五徳に乗せるだけ。これだけで中華鍋がドッシリ安定します。

そうなると俄然、大活躍する中華鍋。炒めて良し、焼いて良し、揚げて良し、煮て良し、蒸して良しの万能な中華鍋で、有名中華シェフよろしく、美味しいお料理をじゅんじゅん作ってください。春から一人暮らしを始める方にもおすすめです。



ついでですけれど、片手中華鍋（北京鍋）の持ち手には、真っ赤なタオルを鍋つかみに使えば、その姿はまさに炎の料理人そのもの！ 気分を盛り上げて作る最高のお料理の数々は、美味しいくて楽しい食卓と団欒の演出につながること請け合いです。是非！

※ヤケドには充分、ご注意ください。



株式会社 **カンダ**

新潟県燕市杉柳912（流通センター入口）

Tel : 0256-63-4541 (代表) Fax : 0256-64-2960

E-mail : info@kankuma.co.jp <http://www.kankuma.co.jp/>

何事にも一生懸命!!  
カンダは中国料理店・外食産業を応援させていただき40年!

# 話題のお店

# 話題のメニュー

## コーヒー好きな方も納得するお店！『ロースト・カフェ』



ジャンル：カフェ  
住所：新潟県新潟市江南区曙町3丁目2-7  
電話：025-381-1210  
営業時間：10:00～20:00  
ランチ 11:00～14:00  
定休日：日曜日・第三月曜日  
座席：24席

店内もとても落ち着いた雰囲気で仕事の合間の一服や、ランチ、友達やカップルで来ても落ち着いて過ごせる良いお店なので、時間があれば是非行ってみてはどうでしょうか。

今回紹介するお店は江南区曙町にあるハウスメイド珈琲ロースト・カフェです。こちらのロースト・カフェさんを紹介しようと思った理由は、今までコーヒーはみんな同じ味だと思っていた自分が初めて美味しいと思ったお店だからです。どちらかというとコーヒーよりお茶とか紅茶が好きだったのですが、こちらのお店のローストカフェオリジナルブレンドという珈琲を飲んだ時、コーヒーがブラックなのに甘みがあるということに驚いたからです。今まで自分が思っていたコーヒー=苦いというイメージを覆してくれたこと、コーヒー豆の種類によってみんな味が違うということを知ることができた思い出のあるお店です。



## 知って得するマメ知識

### 『チタン鍋の取扱いにご注意！』

皆さん、こんにちは！ まだまだ寒い日が続きますね。今回はそんな寒い冬に、温かい料理を作るために必要な『お鍋』に関する一言。

高額商品なので数量はあまり売れませんが、確実に売れているチタン製の中華鍋があります。「軽くて扱いやすい！」とオーダーが来ます。が、その反面よく耳にするのが「すぐに変形してしまうのはなんで？」というお声です。チタンの特徴は、比重が鉄の約半分程度なので非常に軽く、なつかつ独特の鉄の臭いが出ないという所。そして、一番の欠点は「熱の伝導率が非常に悪い」という部分です。銅の熱伝導率を100とするならば、鉄は約1/5の20で、チタンはその鉄の1/4の5程度しかないので。つまり、鍋を火に掛けても外側ばかりが熱くなり、肝心の内側が冷たい状況になりやすいのです。そうなると微妙な時間の差で、炒めるタイミングがズれます。だから強火にしてしまう。すると、ますます温度差が出るため、変形が早く始まってしまいます。これでは悪循環ですよね・・・。

弊社にも極厚のチタンの中華鍋があります。高カロリーの中華バーナーにも耐える厚さです。しかし温度差は大きいので急に火に掛けたりすると、その場で変形してしまいますが、常に温めていても極厚チタンは丈夫ですので大丈夫！ 火を消したあとも熱が鍋に溜まっていますので、そのまま炒めができる不思議な鍋？ です。塩分や黄身の硫黄分に反応しませんので、美味しい料理が出来ます。皆様も、ぜひお試しください！

## 社長のコラム



冬の新潟、新潟のスポーツといえば、スキーですね。近年、スキーは若者の間では、人気が無くなりましたね。一時期はボードも人気がありましたが最近は、それほどでもないですね。私の大学生の頃（1980年代）は、スキー絶頂期でした。映画「私をスキーに連れて行って」は、私の青春そのものです。安いバスツアーを探し、志賀高原でスキーをして、夜はゲレンデで知り合った（ナンパ？）女性とお酒を楽しみ、という経験ありますよね・・・。それはともかく、私の娘（中学一年生）が、昨年ボードを経験し、弊社社員外川君（自称、ボードのプロ）からの指導と、ボード板を頂いたことから今年からハマリつつあります。

1月8日の日曜日にキューピットバレーという近くに雪だるま温泉があるスキー場に私も付き合って行ってまいりました。午前中は、一緒にスキーを滑り、午後からは、温泉に入りゆっくりしようと思ってありました。

20年ぶりのスキーです、ウエラーは、当時の最先端ですが、今となってはダサいけど保温性はバツグン！ スキー板・靴は、当時の物もありますが、現在の主流はカービングスキーですのでレンタルしました。初めてカービングスキーで滑りましたが、ものすごく操作性が良く、久しぶりにも関わらず、うまくなった気分で楽しめました。温泉も忘れ、娘と一緒に一日滑ってしまいました。次の日の筋肉痛も心配しましたが、それも無く、非常に久しぶりにワクワクしました。カービングスキーは、素晴らしいです。スノボ、スキー人気が再燃すれば、経済効果もあると思います。是非、みなさんも体感してみてください！



株式会社 カンダ

新潟県燕市杉柳912（流通センター入口）

Tel : 0256-63-4541 (代表) Fax : 0256-64-2960

E-mail : info@kankuma.co.jp <http://www.kankuma.co.jp/>

何事にも一生懸命!!  
カンダは中国料理店・外食産業を  
応援させていただき40年!