サケトーク

料理とお酒は対等な関係

堀米　お酒が苦手な私にお酒の魅力を教えてください。まずは料理と日本酒の合わせ方から。

上野　肉料理など味の濃い料理には濃い目のしっかりしたお酒を、刺身などの魚料理にはさっぱりめのお酒を選んでもらうと、お互いの相乗効果が得られて良いと思います。

宮澤　ワインも同じですが、料理とお酒どちらかが負けてしまってはだめなんですよ。料理とお酒は対等でないと。

仁科　地元の食べ物には地酒を合わせていただくのが一番だと思います。

小古井　お酒に含まれる『酸』が重要です。酸が強いと喉ごしがよく、口の中もリセットしてくれるので中華など油の多い料理に合いますね。

広い温度帯で楽しめるのが日本酒

仁科　お酒を温めて飲むのは日本酒だけだと聞いたことがありますが。

宮澤　体を温めるためホットワインなどの飲み方もありますが、基本的にワインには適温というものがあります。冷からお燗までバリエーションがあるのは日本酒の特徴じゃないですか。

池田　日本酒を冷でいただくか、お燗していただくか迷ったらどうすれば良いですか。

小古井　鍋物など温かい料理にはお燗を合わせると良いですね。好みはありますが、お燗にするなら生酒より火入れしてあるお酒の方が良いと思います。

堀米　日本酒が他のお酒と違うところはどんなところでしょう。

小古井　雪冷えという5度前後から飛び切り燗という55度前後まで、これだけ広い温度帯で楽しめるお酒は日本酒しかないと思います。

仁科　日本酒は温度が違うと表情も変わってきますしね。

可能性を秘めた「麹」

仁科　日本酒は料理に入れても良いですよ。料理が一味変わりますよね。

上野　料理にお酒が入った方がおいしくなりますね。

仁科　日本酒を入れておでんを作ったところ、味がまろやかになったと家族から好評でした。また、浅漬けの素に日本酒を入れて試したところ、塩気が飛んで味が丸くなった気がします。

上野　発酵が進むのかもしれませんね。

小古井　特に生のお酒だと火が入っていない状態なので、酵素が生きているんですね。酵素は脂肪やタンパク質を分解するんです。

池田　おばあちゃんが日本酒でナスを漬けたところ好評でした。お酒が苦手な方でも甘くておいしくいただけます。

仁科　野菜が甘くなりますね。

上野　肉も酒粕で丸一日漬けておくと結構柔らかくなるんですよ。

小古井　塩麹なども同じですが、健康食品ですね。化粧品にも使われてますし『麹もの』は間違いなく体に良いです。

仁科　杜氏さんの手はきれいとよく言われますものね。

小古井　手荒れがひどい姉の手も麹を造っている時はツルツルになりますね。

堀米　日本酒を飲むことも美容に良いのでしょうか。

小古井　そうですね。生のお酒の方が酵素が生きているのでより効果があるかもしれませんね。

上野　甘酒も。

小古井　そうだね。甘酒も生の方がより効果があると思うよ。甘酒は昔から滋養強壮や疲労回復にも効果があると言われているしね。

堀米　麹にはたくさんの可能性があるんですね。

「日本酒度」と「アミノ酸度」

堀米　次に日本酒の選び方について教えてください。

小古井　単純に甘いものが好きな方は甘いお酒から飲まれた方が良いと思います。

上野　瓶の裏に日本酒度も書いてあるしね。

堀米　日本酒度と言うとプラス・マイナスで表記されているものですか。

小古井　そうです。日本酒度とアミノ酸度である程度は判断できますね。

池田　「アミノ酸度」は初めて聞きました。アミノ酸度でお酒の甘味がわかるのですか？

小古井　甘味だと日本酒度ですね。プラスになると辛くて、マイナスになるほど甘いです。アミノ酸度は味の濃淡の目安となるもので、酸が高くなるほど濃醇（のうじゅん）で、酸がなくなるとすっきりした味わいになります。

池田　知らなかったです。

小古井　個人差や好みがあるので、酒屋さんに聞くのが一番だと思いますね。私としては、日本酒の苦手な方はアルコール感が少ない吟醸系をおすすめします。

池田　日本酒のアルコール度はどのくらい幅があります？

上野　低いものだと12度とか。

小古井　低アルコール酒で8度とかもありますよ。

池田　本当ですか！それなら飲みやすいですね。固定観念で日本酒はすべて16度だと思ってました。

上野　強いものだと20度とか。

池田　やっぱりお酒は酒屋さんに勉強に行った方が良いですね。

堀米　何も知らないで飲むことがお酒を嫌いになる要因の一つかもしれませんね。

宮澤　出されたお酒を皆で飲む時代から、自分の好きなお酒を飲んで楽しむ時代になってきたと思います。趣向が多様化している中で日本酒も転換期にきているのではないでしょうか。

池田　女性に日本酒の知識があれば、旦那様に晩酌として出すお酒を料理に合せて選べますよね。ワインと同じように瓶の裏を見れば情報があるんですね。

小古井　どのように情報を提供していくかが、これからの日本酒には重要だと思います。

仁科　おいしいと思うお酒をおいしいと思う飲み方で飲むのが良いですね。お気に入りのを探す楽しみもありますし。

小古井　お酒は酒屋さんでの『相談小売（そうだんこうり）』が一番だと思います。それと飲食店でいろいろなお酒を試すのも良いですよ。少量で試せるので。お酒に合う料理も教えてもらえますから。

お酒のことは酒屋に聞け

仁科　市内でこれだけいろいろなお酒が飲める地域は珍しいですよね。

小古井　中野のお酒は本当におもしろいですよ。蔵によって全然個性が違いますしね。

仁科　さらに日本酒のほかにワインも飲めて幸せな地域ですよね。

池田　中野のワインは本当においしいと思いますよ。

堀米　たかやしろワイナリーのワインの特徴は何ですか。

宮澤　かしこまって飲むのではなく、皆で楽しく飲むような親しみやすいワインだよね。ワインの命である酸が際立っているので日本食に合いますね。

池田　地元のワインがあると手に取りやすいです。お土産に持っていくと喜ばれますよ。

堀米　ワインの選び方はあるんですか。

宮澤　やはり好みでしょうね。

仁科　日本酒に比べると選びやすいですよね。

宮澤　ビンテージの違いなどはありますが、基本的にはそれほど難しくないですね。

池田　瓶の裏にアルコール度が表示されているしね。

宮澤　ワインはラベルに情報が表記されていて親切だよね。

小古井　日本酒の甘口・辛口の表記って難しいんですよね。人によっても感じ方が違うし、お燗しても味が違ったりするしね。

堀米　お酒のことは酒屋に聞けってことですかね。

入り口迷うべからず

池田　自分の好みがある程度わかっていると選びやすいのかな。

上野　酒屋さんで「今日の晩御飯に合うお酒をください」って買いに行くのもありですね。

仁科　味わいのしっかりしたお酒とさっぱりしたお酒の2種類をストックしておいて、料理と合せてもらえれば間違いないですね。

上野　中野の酒であれば、しっかりした味わいのものは丸世さんと井賀屋さん、さっぱりめなのは志賀泉さんと天領さんですね。

小古井　初心者の方は、最初に香り華やかな吟醸酒を飲むと間違いないですね。加水していない大吟醸なんて良いですね。

上野　失敗したらお燗にしてもいいしね。僕もきっかけは大吟醸でした。

堀米　良い酒を飲まないからいけないんですね。ワインはどうですか。

宮澤　入り口は甘口のものが良いかな。

池田　飲んでいくうちにだんだん辛いのが良くなっていくんですよ。

仁科　固定観念を捨てて、まずは飲みやすいものから入ってもらうと一気に裾野が広がっていきますよ。

小古井　僕は日本酒嫌いを何人も好きにさせてきましたから。入り口さえ間違わなければ大丈夫ですよ。

仁科　今回の結論は、入り口が大事ってことですね。

堀米　入り口まで案内よろしくお願いします。