

## 掲載内容(2010年5月29日(土)読売新聞 夕刊 3面にて掲載)



### ぶらり食記

銀座だいしん ☎03・3572・5567  
東京都中央区銀座8の10の8  
銀座8丁目10番ビルB1F

旬菜料理 宴 ☎03・3272・3522  
東京都中央区八重洲1の4の9

## 馬刺し 豊かな甘み

ヘルシーフードとしても注目の馬肉。低カロリーで高たんぱく質、鉄分やカルシウムも多く含み栄養価も満点だ。

東京・銀座の信州料理店「銀座だいしん」は週に3回信州から直送されるという、冷凍ものではない生の馬刺しが味わえる店。様々な部位を堪能したいなら、五種盛り合わせ(2人前2750円)を頼みたい。もも、ロース、タン、フタエゴ(あばら)、コウネ(たてがみの脂)が1枚の皿に並ぶ。写真Ⅱ。オリジナルの辛子みそを肉にチョイとのせ、同じく信州のしょうゆにさっと漬けていただく。馬肉のふくよかな甘みに、ピリ辛のアクセントが良き味の決め手となる。ほろ苦い信州地ビールとの相性も抜群だ。

東京・八重洲の旬菜料理「宴」は熊本出身の女将が切り盛りする熊本料理店。熊本直送の新鮮馬刺し(735円)が自慢。もも(赤身)はきめ細やかな肉質を生かすため、あえて薄く長めにスライス。口の中でずりりと溶ける軟らかさだ。一役買うのが長崎から取り寄せたという甘口のたまりしょうゆ。これが抜群の相性で肉の甘みを見事に引き出す。こちらは日本酒や焼酎と一緒に味わいたい。(居酒屋ライター 藤原法仁)

\* 『おいしい』は毎週土曜掲載。次回(6月5日)は、「鶏の冷製 ツナの西洋ワサビソース」です。