



15分でホカホカ あったかインスタント食

さむ〜い冬、料理は頑張りたくないけどあったかいものが食べたい！ そんなあなたのために、今回は超手軽だけど本格派のインスタント食品を紹介。15分でほかほかご飯を満喫しよう♪

パスタ



AIRMETER
法式紅酒配図靈根香腸意麵 **29元**

ミシュラン3つ星シェフがプロデュースしたというこのパスタセット。麵をゆでるときの塩とオリーブオイルが付いていることに感動。濃厚に香る赤ワインソースと、しっかりとした噛み応えのあるテューリンゲンソーセージが大人の味だ。オシャレなパッケージに料理のテンションも上がる。



BLUE CHEMINÉE
經典白汁培根蘑菇意麵 **36元**

ヨーロッパから輸入した小麦を使用した麵がウリのこのブランド。国際デザイン賞を受賞したという遊び心たっぷりの三角形パッケージがかわいい。「AIRMETER」同様こだわりの調味料が付いたこのクリームパスタは、チーズの味がかなりしっかりと効いた、本場風の本格派。パスタもしっかりと弾力がある。



次は1箱36元と、なかなかの価格な「藍色煙囪(BLUE CHEMINÉE)」のクリームパスタに挑戦。三ツ星シェフ監修、ヨーロッパ産小麦のパスタが自慢のようだが…。確かにパスタはモチツツとした食感でおいしい。そしてソースが濃厚！特に最後にかけるパセリチーズの風味と香りが強く、ブルーチーズ独特の匂いが鼻をつく。パスタキットやレトルトソースはある程度万人受けする味だ、という編集班の固定概念を覆す、チーズ嫌いはお断りの突き抜けた味だ。

顧客に媚びない本格志向

「空刻(AIRMETER)」もそのうちの1つで、シンプルでオシャレなパッケージが光るパスタキットだ。中には1人分のパスタ乾麵、ソース、調味料が入っている。麵をゆでるのに必要な岩塩とオリーブオイルが入っていることに感動しながらパスタをゆでること8分。後はフライパンでソースと麵を1分ほど炒めれば完成だ。

進化するパスタキット

一昔前まで中国の即席パスタといえど、中国人の嗜好に合わせて、麵がソフト麵のように柔らかく、ソースが甘めの味付けのものが多かった。しかし最近、ネットショッピングサイトでは麵や味にこだわった中国パスタブランドがどんどん登場し、大人気となっている。

カレー



広州酒家 咖喱牛肉飯 32元

カレーも発熱剤でホカホカに！フリーズドライのライスとレトルトカレーのセットで、15分加熱すればライスもカレーも熱々に。さすが名店「広州酒家」のカレーだけあっておいしい。ちょっとカレールーが少ない気もするが、辛さのない中国風ながらコクのある味は大満足。

シイタケの佃煮は加熱してからインする



マーラータン



稻花香 自熱関東煮 15元

1人用の「麻辣湯(マーラータン)」セット。パッケージに「関東煮(おでん)」とあるので、日本の味を期待したが…しっかりとウガラスが効いたスープは、おでんとはほど遠い！練り物と春雨ばかりの具材も昼食にはイマイチ物足りず、夜食にちょっと何かつまみたい時向けかも。

自熱鍋の作り方



レトルトカレーといえば、レンジでチンか湯せんが一般的だが、こちらはライスごと発熱剤で温めていただくタイプ。思わず、いや、カレーはレンジ調理ではないの…？と思ってしまったが、火や電気を使わないこのタイプは、災害時の非常食として日本でも注目されているようだ。

中国風だけど本格派

フタからシューシューと吹き出す湯気に食欲をそそられる。この湯気が収まったら食頃の合図。深夜にハフハフしながら食べる愉悦を味わいたい。

なお「自熱鍋」はマーラータンの有名ブランド「楊国福」や火鍋ブランド「海底撈」も販売。お気に入りを探してみよう。

独りで楽しむ熱々鍋

発熱剤を使ってその場で煮込める鍋セット。「自熱鍋」「自嗨鍋」はここ数年で人気に火が付いた商品だ。

作り方はカンタンで、具材と調味料をカップにあけた後、発熱剤をセットして15分間放置するだけ。発熱剤は水に浸してから2〜3分で熱くなる。煮込んでいる間はしっかりとフタを閉め、ヤケドしないように気を付けよう。器の底もかなり熱くなるので、置き場所にも気を付けて。フタからシューシューと吹き出す湯気に食欲をそそられる。この湯気が収まったら食頃の合図。深夜にハフハフしながら食べる愉悦を味わいたい。