

食から

みえる

こと



| Vol. 29 | 気軽にエンジョイ、ワンハンドフード

コロナ禍がおさまリ、街に人々のにぎわいが戻りました。そんな中SNSを中心に話題になっているのが「ワンハンドフード」。片手で食べられる食べものことで、おにぎりやお寿司など日本人にとっては昔からなじみのあるフードスタイルです。

サンドイッチも代表的な「ワンハンドフード」。その名前の由来は18世紀にイギリスの紳士クラブで、サンドイッチ伯爵という方が、好きなカードゲームを中断せずに食事をするため、肉などをパンの間に挟むように所望したため、彼の名がついたと言われています。「ワンハンドフード」がブームになっている理由としては、まずその手軽さが挙げられます。

コロナ禍で持ち帰り可能な店舗やキッチンカーが増え、買ったものを店内ではなく、アウトドアやオフィスで食べる機会が増えました。ワンハンドフードなら食べ歩きや仕事中の食事に便利で、さらに片手でスマホの操作がしやすく、写真も撮りやすい。

近年は、レストランでの食事や家庭の食卓も、よりカジュアルになっています。

その傾向は美食の国フランスでも、フルコースで食事をせず、「前菜」を表す「アペリティフ」をよりカジュアルに称した「アペロ」というおつまみを楽しむ食事スタイルがブームになっています。星つきのレストランでも「手で持ってお召し上がりください」と二口サイズ

のお料理が登場する場面が増えてきました。定番のおにぎり、サンドイッチは不動の人気ですが、トルテイヤや具を巻いたラップサンドや、生春巻き、カラフルいなりなども楽しい「ワンハンドフード」です。

日本ではまだなじみがないかもしれませんが、わたしの大好きな「ワンハンドフード」はトルコの屋台で売っている「ポレキ」。

「フィロ生地」といわれる、小麦粉を水で溶いてひたすらうすく伸ばし、向こうが透けて見えるくらいになった生地で、チーズとスパイスで味付けした肉をくるくると数回巻き包み、焼き色がつくまで焼いたパイ。見た目は春巻きのようなですが、何層にも包んであるので、噛めばパリパリ、中からはとろりとチーズと肉汁が……。春巻きのように揚げてはいないので、見た目よりさっぱりです。

もともとフィロ生地はトルコ発祥といわれていますが、今ではバルカン半島の国や、ギリシャなどでも「ワンハンドフード」に使われ、中身もいろいろなバリエーションが楽しめます。機会があったらぜひ召し上がってください。

ところで前述のサンドイッチ伯爵、実は諸説あってカードゲームではなく、お仕事が忙しくてパンでローストビーフなどを挟んで書類を見ながら召し上がっていたという話も。実はまじめな方だったのかもしれないですね。食べ歩きも、マナーを守って楽しみたいですね。



江上 栄子 Eiko Egami

江上料理学院院長。料理研究家。フードコンサルタント。実家は佐賀県有田焼の窯元「香園社」。青山学院大学英文科卒業。パリのル・コルドン・ブルー料理学校卒業。世界60カ国余りを訪ね、家庭料理の研鑽を重ねる。フランスチーフ・シェフの会東京支部理事長を務めるなど諸外国との関わりも深く、2002年フランスの農事功労章シュバリエを受章。2017年同オフィシエを受章。2015年1月、米農務省の「米国農産物貿易の殿堂入り」を果たし、ケネディ大使の表彰を受けた。外食産業や食品会社の顧問としてフードビジネス全体に携わる。2024年「食品産業功労賞」受賞。テレビや講演、雑誌などで幅広く活躍中。

