調理科学の面白さ伝える

『調理科学』は、あまり聞きなじみのない言葉かもしれない。しかし、食品の工業化・商品化や流通の裏には間違いなく調理科学が隠されている。

兼業農家の長女として生まれ、食への探求心が強くお菓子作りが好きだった幼少期。小さな田舎町の書店で買って貰ったお菓子の本がバイブルだったが思うようにはいかない。ババロアが分離したりロールケーキのはずが膨らまず伊達巻になったりといった具合である。

高校生になり、料理だけでなく栄養学にも興味を持ったことで理系を選択した。大学は栄養学科へ進学。『調理科学』と出会い、料理やお菓子の失敗にはすべて科学的根拠という名の理由があったことを知る。

このことに強く心を打たれ、調理科学研究室でおいしさを科学する研究に明け暮れた。料理のこつを科学的に解明することは失敗を減らし、食材ロスの軽減にもつながる。おいしさや仕上がりの美しさにも影響する。食べ合わせによって、栄養価が変わることを学ぶ機会にもなった。

研究職の道に残ることも選択できたが、この面白さや重要性を他の方向で生かしたいという思いから研究を離れ、現在は調理科学の面白さを伝えるためのイベント講師、食品や調理器具などの商品開発、レシピ制作に携わっている。

調理科学の知識をもとにエンジニアと共においしいを演出するモノづくり、管理栄養士として食卓を豊かで健康にするためのレシピ提案。モノづくりから消費者への食の提案までを一気通貫で担えることは、作り手の思いも一緒に届けることになる。消費者から感謝の言葉が届いた時にはこの上ないやりがいを感じる瞬間である。

『食べることは生きること』と言われるが食の知識を深めることは生きる強さを育てると考えている。私たちは手軽で便利な食環境の中で生かされている。作るよりも買った方が楽なこの時代だからこそ、真の意味で食の豊かさへの理解が必要だと思う。若い世代とその親世代が興味を持ち、食べること、作ることの楽しさを感じてもらえるような活動に今後も尽力したいと思う。

企画協力・日本女性技術者フォーラム（JWEF）

（火曜日に掲載）

フードスタジオ
マンマ代表取締役・管理栄養士
中津川（なかつがわ） かおり

〈プロフィル〉01年東京家政大院修士課程修了。フードスタジオマンマ代表取締役・管理栄養士。科学的根拠をもとに健康をサポートするレシピや商品開発、食育に関する活動に取り組む。

凛としていきる

理系女性の挑戦

食の知識、生きる強さ育成

高校生向け調理科学イベント開催

無断転載・複写禁止©㈱日刊工業新聞社