

シェフの愛用食材

ヒルトン東京ベイ
中国料理「王朝」



宮本 莊三
(みやもと・しょうぞう)
1952年北海道生まれ。
中国料理世界選抜コン
クール銀賞、TVチャン
ピオン中国料理大会3連
覇。テレビ、雑誌など
でも精力的に活躍。

ヒルトン東京ベイ
中国料理「王朝」
所在地=千葉県浦安市舞
浜1-8 / 営業時間=ラン
チ午前11時半~午後2時
半、ディナー5時半~9
時半(土~10時)



江戸菜

シャキシャキと軟らかく食べやすい
小松菜から生まれた新品種。従来の小松菜よりひとま
わり大きい。葉も茎もシャキシャキと軟らかく食べや
すいのが特徴。量がとれるうえ、炒めるなど熱を通して
も色合いがよく、どんな調理法にも合う。

メニュー全体の商品力底上げに貢献

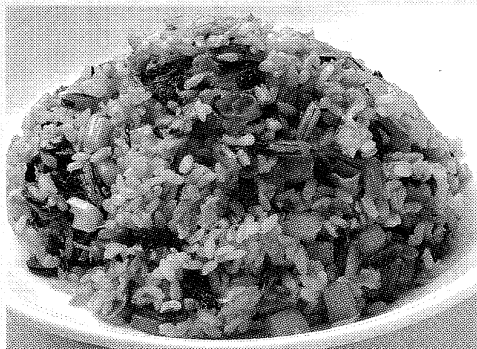
「火を入れても色合いが ンなどで重宝している」
変わらないし、シャキシ と宮本料理長は、江戸菜
ヤキとした食感も残る。 の使いやすさを説明す
レタスよりもうまみが濃 る。「小松菜とカラシ菜
いから炒め物やチャーハ の特徴を合わせた感じ。

うまみがしっかりあっ
て、少し辛みも。そのバ
ランスが絶妙。青臭さも
ないから、いろんな食材
に合わせやすい」と江戸
菜の万能ぶりを絶賛す
る。
3〜4皿幅で刻んだあ
とに軽く塩を振って、出
てきた水分を除いてから
使うと江戸菜の風味がよ
り高まる。赤・青のトウ
ガラシと合わせて炒め
ると適度な辛みと風味が増
し、肉や油の重たさをカ
ットしてくれるとか。
葉物野菜は調理法やメ
ニューを問わず利用頻度

「いろんな食材に合わせやすい」と

万能ぶりを絶賛

が高い。主役級の食材で、メニュー全体の商品
はないかもしれないが、力底上げに貢献してくれ
その汎用性ゆえに、特徴 ること間違いないだろ
ある葉物野菜を選ぶこと う。



トンポーロー炒飯

こってりとした豚角煮を細切れにしてチャーハンに。ト
ロミのある豚肉の食感と江戸菜のシャキシャキした食
感のバランスが絶妙