

# はな\*さき\*小町

enjoy myself, enjoy my style.

## 脇役から主役へ昇格！「フライドポテト」が熱い！

フライドポテトは世界各国で愛されている料理。これまではファーストフード店でハンバーガーとセットで食べたり、居酒屋でおつまみにしたりと、どちらかといえば「脇役」の扱いでした。しかし、最近はフライドポテトを主役にした専門店が登場したり、メイン商品として売り出す動きが広がり、「フライドポテトブーム」がやってきています。

### ◆本場ベルギーの味！

フライドポテトの発祥の地はベルギー。ベルギーでは「フリット」と呼ばれ、街角のあちこちにフリットスタンドがありますが、このベルギーの味を再現した専門店「アンドザフリット」が昨年12月に広尾にオープンしたのが、フライドポテトブームのきっかけ。この店では季節ごとに旬の6種類の芋、さらにカット方法も6種類、ディップも10種類あり、掛け合わせるバリエーションは無限大。同じストリートカットでも、12ミリではホクホク

ク感、7ミリではサクサク感と、太さによって食感が異なります。無限大の組み合わせで迷うこともありそうですが、それぞれの芋の品種に合うバスのカット、揚げ方を提案しているのも人気のポイント。ジャガイモだけでなく、サツマイモのフライドポテトも大人気だそうです。

### ◆カナダの伝統料理「フーティン」

また、これまでになかったフライドポテトの食べ方も広まってきています。例えば、カナダの伝統的な郷土料理で、フライドポテトにチーズとグレイビーソースをかける「フーティン」と呼ばれる料理があり、ビールやハイボールと共に味わう食べ方が人気です。インターネット上で話題になりました。

### ◆日本人はポテトが大好き！

これまでフライドポテトをサイドメニューとして扱ってきたファミ

リーレストランやファーストフードでも、フライドポテトの食べ放題キャンペーンを実施したり、フライドポテトとチョコソースを組み合わせたメニューを目玉メニューにしたり、いろいろと楽しいフライドポテトメニューが増えていきます。いずれも大好評で、限定期間を延長したり、レギュラーメニューに昇格したり、反響が大きいそうです。もともと、1世帯あたり年間10キロ以上のジャガイモを消費する「ポテト好き」な日本人。まだフライドポテトブームは続きそうです！





## 5月の見直し〈日本酒の基本を再確認〉



### 「酒席のマナーを守り、自分好みの1本を見つけよう」

ビールもワインもおいしいけれど、日本人ならばやっぱり日本酒。伝統的な和食には、やはり日本酒が一番しっくりきます。日本酒はお酒に強い男性が好むイメージが強くありましたが、最近ではスッキリした端麗辛口や、ほんのり甘みを感じられるもの、お酒に弱い女性用にアルコール度が低く発泡性のものなど、様々な日本酒が造られています。楽しく味わいたいものですが、知っているようで実は知らないのが日本酒の酒席における基本。改めて確認しておきましょう。

基本的に、一方的に注いだり注がれたりするのではなく、お酌をし合いながら飲みます。相手のおちょこを確認し、3分の1以下になったら勧めましょう。注ぐのはいっぱいではなく8分目くらいまで。逆に勧められたら、全部飲み干す必要はありませんが、ひと口飲んでから注いでもらうようにしましょう。注いでもらったからお礼を言い、ひと口つけてからおちょこを置きます。「ありがとうございます。いかがですか？」と返礼のお酌をお勧めしますが、無理強い禁物です。また、片手ではなく、両手で丁寧に注ぎましょう。

食事をし、合間に水を飲みながら楽しむと、深酔いしにくくなります。とっくりを振ったり、倒したり、中をのぞくのはお行儀が良いとは言えません。会話に困ったら、瓶のラベルを見せてもらいましょう。「コクのある辛口」「軽い飲み口でお刺身に合う」など、蔵元からのメッセージが瓶のラベルには書かれ

ていますので、自分が飲んだ印象とラベルの印象の違いなどを話題に出すと、会話が進みます。

- 酒席に役立つちょっとした豆知識を紹介すると、
- ・日本酒のアルコール度数は15度前後が一般的
- ・日本酒を作る酒蔵は全国に1500以上
- ・全国で4～5万種の銘柄があると言われている
- ・「吟醸酒」「大吟醸酒」などの名称は、米を削った割合（精米歩合）が基準
- ・「純米」と名がつく名称は、アルコールを添加しないで造られている

また、秋から冬のお燗にはまろやかな味のお酒が向き、春から夏に向けては華やかな香りのものを冷やして飲むのが向いています。好みの日本酒のタイプを見つけてみましょう。



# 小町さんの「見直し」塾

change myself, change my life.



## はなさき お悩み相談室



# 歯みがきをすると出血します。

歯肉から出血がある場合は、まれに血液の病気や口の中の腫瘍が原因で出血していることがあります。ほとんどが歯周病が原因です。

歯周病は、歯と歯肉の境に食事のかすなどの汚れが付着することから始まり、細菌の固まりである歯垢となって歯肉が炎症を起こしている状態です。最初は歯と歯の間のすきまを覆っている部分から炎症が起こることが多く、炎症により腫れてくると、歯ブラシをこすると出血を起こします。特に前歯の部分は簡単に出血するので、この部分が出血を起こしたら歯周病を疑

いましょう。

出血すると怖くなり、歯みがきが控えめになる方も多いですが、汚れが溜まるとさらに炎症が悪化してしまいます。まずは歯科医を受診すること。歯周病かどうかの判断をしてもらい、歯周病ならば歯に残っている細菌の固まりである歯垢を除去してもらうところから治療を始めましょう。

汚れを除去したり、歯肉をマッサージする歯科指導を受けない限り、歯周病はなかなか改善しません。悪化すると歯を失うことにつながるので、早めの受診が肝心です。

## みんな集まれ～!

# 大人女子部



## 会社訪問のマナー

ビジネス上の要件で訪問する時は、事前準備もマナーのうちです。1週間以上前に決まったアポイントならば、前日には「明日よろしくお願ひします」と、メールで連絡を入れておきましょう。

当日は、出かける前に名刺入れを忘れないこと、また名刺入れに名刺が十分に入っているかのチェックを忘れずに。時間厳守は当然のことですが、約束の時間の5分前に受付に申し出るのが良いタイミングです。大きな会社であれば、受付は混雑していることが多いので、時間には余裕を持って出かけましょう。スプリングコートなどの上着を着ていたり、ストールなどを巻いている場合は受付前に脱ぎ、腕にかけておきます。

相手先に着き、部屋に通されたら、初めて訪問する場合は立って待たされた方がいけない印象を与えません。着座するように勧められたら座っても構いませんが、椅子に浅めに腰かけ、担当者が入室した時には立って挨拶をします。また、待っている間にすぐに名刺が出せるように準備しておくこともお忘れなく。担当者が入ってきたら、テーブルを回って自分から近づき、名刺交換をしましょう。

