

# だしパック・だしつゆ・だし醤油 料理上手が味見して選ぶ、 本当に使えるモノ！

だしパックやだしつゆ、だし醤油は、  
短時間で美味しい料理を作る強い味方。  
安心して使える無添加のものを  
いろいろと味見しました。

撮影・岩本慶三、料理制作・井原裕子、文・斎藤理子

だしパック  
簡単に本格的で美味しいだしを。  
安心安全がうれしい無添加だし。

手軽に思いだしがとれるだしパック。汁物や煮物の味付けが簡単に決まるだしつゆ。かけ醤油として重宝するだし醤油。便利そうだけど、あまりにいろいろありすぎて、どれを選べばいいのかわからないという人も多いはず。そこで、無添加で美味しいと評判のものを選んで味比べ。さて、どんな感想が飛び出すのでしょうか。

斎藤理子さん(以下、斎藤) まずは、鰹節などの魚介を使っただしパックからいきましょう。名産品の「新だし」



鰹節、煮干し、昆布などの混合だしパックは、豆腐の味噌汁にして味見。

素材を吟味した無添加のものは、後味がすっきりしています。

斎藤理子さん(以下、斎藤) フードジャーナリスト。生産者からシエフまで幅広く取材、執筆。調味料にも詳しく、今回はそれぞれのセレクトを担当。

お味噌汁にしたものもどうぞ。お味噌汁にすると、だしをよりしつかり感じます。

山下 お味噌汁にすると、だしをよりしつかり感じます。

イイノ 確かに、鰹節の風味が際立ちます。お味噌汁だけじゃなくて、だしをきかせた料理に幅広く使えそう。

斎藤 次は、マエカワテイストの「天然だしパック」です。同じように、ただけでと、お味噌汁にした場合とで

薄い感じがしたんですが、お味噌汁にすると全然薄くないです。

イイノ ああ、本当だ。お味噌汁とても美味しい。お味噌汁に合っているだしなんです。

斎藤 では、続けて天野鰹節店の「かつお節屋さんのおいしいだしパック」。

イイノ なんだかいろいろいな味がします。ちょっと複雑な感じ。

山下 一番多くの素材が使われているんですね。野菜を煮たりするのにもいいかもしれないです。

イイノ 濃いおだし。お味噌汁にするのだしの旨味と特徴が際立って、これも美味しいです。

山下 私はもう少しシンプルの方が好きかもしれない。大阪出身なので、もうちょっときりきりとした感じが好みなんだと思います。

斎藤 出身地でだしの好みも随分と変わりますね。

イイノ 私は東京出身なので、やはり



鰹節のきいた濃いだしが好き。焼きあごだしもよく使います。

イイノナホさん(以下、イイノ) ガラス作家。ガラス工房「イイノホガラスガーデン」主宰。柔らかな曲線を魅力の作品を幅広く制作。

それぞれに個性があつて、香りや味が違うのに驚きました。

山下カヨコさん(以下、山下) イラストレーター、漫画家。雑誌や広告など数多くのメディアで活躍。近著は『手抜きタイツ』(マガジンハウス)。

味見してみてください。

山下 こちらのほうが、煮干しの味を強く感じます。

斎藤 イワシ節が入っているので、その味かもしれません。

イイノ 私もイワシ節の味を最初に感じます。でも、どれかの味や香りが突出しているというのではなく、バランスがいいと思います。

斎藤 何にでも使えそうですよね。

山下 あ、お味噌汁にすると美味しい！

だしだけで味見した時はちょっと



焼きあごだしパックは、うどんで試食。抜群の個性の良さが好評。

鰹節がきいた濃いだしが好きです。

斎藤 どんとん行きましよう。では、うね乃の「赤のじん」を。

イイノ すごく旨味があります。鰹節は入っていないけど、これも好みです。

山下 さば節の味が強いかな。でも、少し甘みもあって美味しいです。

斎藤 濃いだしが出ますね。お味噌汁

## かつお、昆布、にぼし等



鰹節、羅臼昆布、ウルメイワシ、熟成もろみ  
全国から厳選した材料にこだわり、最高級熟成もろみを加えることで、天然の旨味も加わっている。完全無漂白ティーバッグで長時間煮出して安心。作り置きせず注文に応じて生産。

新だし  
ロングセラーのだしは、  
まるやかで深い味わい。

博多名産品 ● 福岡県福岡市東区名島2-34-25 ☎0120-8887208 8g×30袋 1,000円

天然だしパックテイスト  
多数の材料を使いながら、  
バランスがとれただしに。

マエカワテイスト株式会社 ● 兵庫県姫路市土山6-4-1 ☎0792963924 10g×8袋 360円



鰹本枯れ節、鰹荒節、宗田鰹節、ウルメイワシ、ムロアジ、サバ、イワシ、真昆布、椎茸  
鰹本枯れ節、鰹荒節、宗田節をたっぷり使い、香り高いだしに仕上げている。原料から粉末になるまで、熟練の職人が丁寧に作り、最後は手作業で袋詰め。天然の旨味が複雑に絡み合う。



サバ、イワシ、ウルメイワシ、昆布、干椎茸  
サバは脂肪分の少なく旨味が濃厚なものを厳選。深味がありつつ洗練されただしになっている。煮出してもぐみや濁りが生じない。しつかりとした味付けの料理に向いている。

かつお節屋さんの  
美味しいだしパック  
鰹節屋のだしパックは、  
香りが際立ち奥深い味。

おだし屋 天野鰹節店 ● 奈良県桜井市戎重3-4-5 ☎0744423292 11g×20袋 840円

赤のじん  
少量でも上質なだしが、  
旨味の濃い万能だし。

うね乃株式会社 ● 京都市南区唐橋門前町四番地 ☎0756712121 7g×17袋 840円

## 精進だし



昆布、大豆、人参、キャベツ、干し椎茸、玉葱  
動物性タンパク質を使わない野菜だけのだし。野菜パイヨンのような味わいは、用途が幅広く使える。野菜の甘みもあり、カレーやシチューのkokを出すときにも重宝する。

緑のじん  
野菜の旨味がたっぷり。  
洋風にも使えるだし。

うね乃株式会社 ● 京都市南区唐橋門前町四番地 ☎0756712121 5g×18袋 1,050円

精進だし  
干椎茸の香り豊かな、  
植物性100%のだし。

サンフ調味 ● 町田市真光寺2-7-8 ☎0427360335 7g×10袋 446円。無漂白タイプパック使用。

## あごだし



あご100%  
五島列島の有川町漁業共同組合では、有川湾で獲れる新鮮な魚介を様々な加工。あご(飛魚)は丁寧に素焼きにして粗挽きし、だしパックに。すっきりしていてクセが少ない。

焼きあごだしパック  
幅広い料理に活躍できる、  
強いクセがないあごだし。

有川町漁業共同組合 ● 長崎県南松浦郡新上五島町有川382-1 ☎0120585309 8g×8袋 714円



あご100%  
五島列島の獲れたてのあごを炭火焼にして天日干し。それを砕いてパックにつめたもの。焼きあごの香ばしさと風味がはつきりしている。濃くて力強いだしがとれる。

焼きあごだしパック  
コクと香ばしさが際立つ。  
個性的なだしならこれ。

法水産 ● 長崎県南松浦郡新上五島町小串1-28-1 ☎0959552111 10g×8袋 630円