

特集

今消費者が食べたい！ 野菜たっぷりの総菜パン



人気店の最新の総菜パンを紹介

若い女性を中心に野菜をたっぷり使ったパンが人気だ。ボリュームミーなサンドイッチが定着した今、野菜の種類や生産者にもこだわった進化系総菜パンが続々登場している。「サラダ白書2020」(㈱サラダクラブ)によれば野菜不足を実感する人は依然6割を超えていて、手軽に野菜をとれる総菜パンは健康面でも大いに貢献できそうだ。そこで最新の総菜パンでの野菜の使い方を取り上げ、その魅力と可能性を紹介する。



きざむ

野菜がザクザクというインパクト

『ほうれん草と黒ごまチーズのフォカッチャ』

(260円税込)

大阪の人気ベーカリー“パンデュース”の米山雅彦シェフがつくる同品は、きざんだ具材を層にして見せるパン。コムシノワでの修業時代に伝授された製パン法で、捏ね上げたパン生地器具に置いたら2つ折りにしてスケッパーでカット、生地を押さえて整える。これを繰り返す行うことで、具材が何層にも重なり、野菜がザクザクと入っているという印象を与えるインパクトあるパン。(詳細P21)

(パンデュース/大阪市中央区)

有機ほうれん草、黒ゴマ、ミックスチーズ、パルメザンチーズをふんだんに使ったパン。パン生地は、北海道産強力粉「オペラ」と「ゆめきり」をミックスしたフォカッチャ

朝採り野菜の彩りが映えるカレーパン

『鎌倉野菜のゴロゴロカレーパン』(280円税抜)

毎朝採れたての野菜を地元市場で仕入れ、旬に沿った商品を提供する同店。中でも10種類近い鎌倉産野菜使用の同カレーパンは、中央に野菜を立体的にトッピングしており、まるでフルーツのスイーツかサラダのように美しく映える外観はインパクトがある。旬に応じて変わる新鮮野菜の歯応えやジュシー感は食べ応えにも繋がり、焼きカレーのヘルシーさとも相まって女性を中心に人気を呼ぶ。

(ブレドール 葉山/神奈川県三浦郡)

のせる



キーマカレーの焼きカレーパンに、カブ、トマト、ズッキーニなどカラフルな鎌倉野菜をバランスよくトッピング

八百屋がつくった採れたて野菜サンド

『ナスとトマトのサンドイッチ〜バジル風味』(500円税抜)

八百屋“野菜のちから”が販売するサンドイッチは、採れたての希少な野菜がふんだんに使われることが魅力。日替わりで仕入れたベーカリーのパンと、それに合う野菜をスタッフが選び、店で毎日手づくりされる。ここにしかないオリジナルサンドイッチだ。

この日は、山梨県甲府市の菅沼農園の白ナスと北海道夕張郡の佐賀井農園のトマトをはさんだサンドイッチ。新鮮な野菜とパンの小麦のハーモニーが楽しめる。(詳細P23)
(野菜のちから/東京都江東区)

グリルした白ナスとトマトをはさま塩、コショウをしてチーズを雪のように振りかけたサンドイッチ。パンには白ヌカとリコッタチーズ、バジルを練り合わせるという手の込んだクリームが塗られている。だしタマネギの冷たいスープと共に

はさむ

