

西芝一幸さんの クリステルで 作る和食

味の決め手は
クリステル！

ご自宅でも、
主宰する教室の和食レッスンでも、
長年にわたってクリステルを
愛用してくださっている西芝一幸さんに、
クリステルだからこそ失敗なく、
おいしく作れる和食を教えてくださいました。

Nishishiba Kazuyuki

にししば・かずゆき / おいしい体験教室<いた
だきます>主宰。大阪辻調理師専門学校を卒
業後、ホテルにて日本料理の修業を開始。国内
外での勤務を経て、日本料理専門教室<いた
だきます>を開校。2022年から教室名を変更し、
体験型イベントを中心とした活動を開始。著書
に『家庭でつくる和食教本 いつもの料理が感
動のおいしさに』(朝日新聞出版)など。



機能的にも
デザイン的にも
クリステルは
最高の鍋です

recipe

1

使う道具



クリステル
浅鍋
20cm

イワシと ゴボウの煮付け にんにく風味

「こんなにもふっくらとしたおいしいイワシの煮付けがあったのかと感動間違いなしです。魚の煮付けは、身をくずさずに、上手に煮汁を煮詰めるのが最大のコツなのですが、クリステルの浅鍋を使うことで魚が安定してきれいに仕上がりと、味をよく含ませることができます」

point

「熱伝導率の高いクリステルの中でも、浅鍋は特に水分の蒸発率がいいので、煮魚におすすめです。ポイントは、火が強くなりすぎないように、弱めの中火で煮ること。皮目もやぶれず驚くほどきれいに仕上がります」

「魚の煮付けには
クリステルの浅鍋！
感動間違いなしの
完成度です」
—西芝

