

広告

企画・制作=日本経済新聞社
Nブランドスタジオ



Enjoy Changing Your Life with Soyoil



ソイオイルマイスター
松元絵里花氏

Ray専属モデルから、東京ガールズコレクション、ガールズアワードに出演。2016年に三愛水着楽園イメージガールに選ばれた。現在はTBS「王様のブランチ」にレギュラーリポーターとして出演中。2021年にソイオイルマイスター資格を取得。

世界で人気の大豆を原料とするソイオイルだ。今、アメリカ大豆輸出協会が認定する資格「ソイオイルマイスター検定」が注目されている。昨年、同資格を取得したファッションモデルの松元絵里花さんにソイオイルの魅力聞いた。

大豆や豆腐など国内の大豆製品や、ソイオイル(大豆油)は、その多くがアメリカ大豆から作られている。もともと大豆製品が好きだったという松元絵里花さん。10代の頃、ハードなダイエットで、心身が不安定になったことをきっかけに、「自分の体をつくる食事について学んでみたい」と考えるようになった。その後、スポーツフードスベシヤリストなどの資格取得を経て、2021年には「ソイオイルマイスター」検定に合格した。

「知識がなかった10代の頃には、食用オイルは体によくないと決めていました。しかし、資格取得を目指して勉強するうちに、生きていくために必要なオイルがあること、ソイオイルには体内ではつくれない必須脂肪酸がバランスよく含まれていることを知りました。このことでオイルに対する罪悪感がなくなり、これは私にとって大きな変化でした」と資格取得による利点を語る。

「食生活を変えること、食生活が大好きな松元さんは、自宅に

「暑い時期は、納豆ぶっかけそばをよく作ります。ソイオイルを加えることで、納豆のコクが増すんです。大豆製品に大豆からできたオイルを合わせた料理です。もちろん相性は抜群に合います。夏バテで食欲がないときにも、おいしく食べられるのでぜひ試してみてください」

「ソイオイルに興味を持つ人が増えるのはとてもうれしいことです。知識を深めて、10代の私のように食べるもので悩んでいる若い人たちに、ソイオイルの魅力や正しい情報を伝えていきたいです。食用オイルや栄養素の幅が広がり、食べることがもっと楽しくなるはずですよ」

「ソイオイルに興味を持つ人が増えるのはとてもうれしいことです。知識を深めて、10代の私のように食べるもので悩んでいる若い人たちに、ソイオイルの魅力や正しい情報を伝えていきたいです。食用オイルや栄養素の幅が広がり、食べることがもっと楽しくなるはずですよ」

「ソイオイルを常備し、日々の料理に積極的に活用している。」「素材の味を邪魔することなく、コクを引き出してくれるソイオイルは、私にとってなくてはならないアイテム。揚げ物もからりと揚がるし、和食にも洋食にも使えるのも重宝しています。ただ、まだ国内のスーパーで、100%のソイオイルを見かけることは多くありません。大豆は日本人にとって身近な存在、置いてあれば、きっと売れるはずなので、ぜひもっと販売してほしいです」

アメリカ大豆からできる ソイオイルで食生活が楽しく



世界的に人気のソイオイル 高オレイン酸にも注目

ソイオイルは他の食用オイルと比較して手頃な価格のため、世界的に人気だ。アメリカや中国では多く使用され、アメリカでは植物油全体の供給量の約55%を占めている。

また、近年アメリカでは高オレイン酸ソイオイルへの注目度が高まっている。オレイン酸を75%以上含んだ高オレイン酸大豆が原料で、加熱調理に強く、酸化に対する安定性も高い。素材の味や機能を損なうことなく、従来より揚げ油の寿命を2~3倍延ばすことが期待できる。オメガ9系脂肪酸であるオレイン酸を多く含むためヘルシーな点も特徴だ。

植物油のコスト上昇に関するインフォメーション

アメリカ大豆の主要顧客である日本の植物油業界では、歴史的な原料コスト上昇を受けて、2021年から各社が数回の価格改定に取り組んでいます。原料の動向については、主要産地の気候変動による減産で世界的に需給は切迫。コロナ禍による物流コストの高止まりや、ウクライナ情勢により、さらに穀物相場が高騰しています。また、急激な円安進行もコスト増要因になります。このような厳しい状況下ですが、大豆油をはじめとした植物油は食生活に不可欠ですので、植物油メーカーは安心・安全な製品の安定供給維持に努めています。

松元さんおすすめソイオイルレシピ

納豆ぶっかけそば

材料

- ・そば 1人前
- ・納豆 1パック
- ・ソイオイル 小さじ1
- ・ねぎ 適量
- ・めんつゆ(3倍濃縮) 50cc
- ・水 150cc
- ・ポン酢 大さじ2/3
- ・みょうが 1個
- ・すりおろししょうが 適量
- ・しらす(減塩) 適量

〈作り方〉

- ①そばを茹でて水でしめておく。
- ②ボウルに*のマークの材料を全て入れて混ぜる。*みょうがはみじん切りにして入れる。
- ③納豆に付属のタレとソイオイルを入れて混ぜる。
- ④②の中に③の納豆を入れて軽く混ぜる。
- ⑤器にそばを盛って、④をかけてお好みでねぎなどの薬味をかけて完成!

第6回 ソイオイル マイスター検定

SOY OIL MASTER
SOY OIL MASTER PRO

「ソイオイルマイスタープロ」の資格が新設!

ソイオイルマイスタープロとは
ソイオイルマイスター合格者の方々のさらなるステップアップを目指す検定です。

大豆の知識で未来をつなぐアンバサダーになりませんか?

ソイオイルマイスターってなに?

日本が消費する大豆の約9割が輸入であり、その約7割はアメリカから調達されているのをご存じでしょうか? 必須脂肪酸やビタミンEが豊富で美肌効果も期待できる、世界が注目する主要農産物の大豆から絞られる油。そんな大豆油に焦点をあてた「ソイオイルマイスター検定」は、食品関連でお仕事をされている方や調理学校に通われている方など、幅広い方々の受検が可能です。大豆や食用油脂に関する知識を体系的に習得し、「ソイオイルマイスター」として、大豆油の未来をつなぐ重要なアンバサダー役を担ってください。

合格者特典

- 表彰式に参加された合格者の方(マイスタープロ合格者を除く)には検定料を全額キャッシュバック
- 合格者全員を豪華授賞式にご招待
- 認定証・ピンバッジ・ロゴ入り記念品贈呈

※新型コロナウイルスの影響により、予定を変更する場合があります。

限定特典 豆腐マイスターの有料会員^{※1}、もしくは納豆真打^{※2}の認定者で、ソイオイルマイスターを受験される方全員に、大豆油をプレゼント

※1 一般社団法人 日本豆腐マイスター協会にて豆腐マイスターの認定を受けた方限定とします。検定当日に会員証を持参ください。 ※2 全国納豆協同組合連合会主催の検定にて、納豆真打と認定された方限定とします。検定当日に認定証を持参ください。