


オムレツ

出典: フリー百科事典『ウィキペディア (Wikipedia)』



この記事は検証可能な参考文献や出典が全く示されていないか、不十分です。

出典を追加して記事の信頼性向上にご協力ください。 (2014年1月)

オムレツ（英語: omeletteまたはomelet）は、溶き卵を油をひいた鍋などで焼いた卵料理。多くは丸いフライパンを使用して紡錘形あるいは半月形に仕上げられる。食材も作り方も非常に単純で、家庭でも簡単かつ短時間で作る事ができる。このため、特に朝食のメニューとしてたいへん親しまれ、世界中どここの国でも普遍的に作られている。

日本国外のオムレツと日本語のオムレツは概念が多少異なり、日本国外では溶き玉子を加熱して固める料理全般を指す。そのため日本の卵焼きや中華料理のかに玉など、日本でオムレツとは別料理とみなされる料理も国外では omelette と呼ばれる。フランス発祥の卵料理である。



オムレツ

目次

技法

種類

オムレット

注釈

参考文献

関連項目

外部リンク

技法



この節は検証可能な参考文献や出典が全く示されていないか、不十分です。出典を追加して記事の信頼性向上にご協力ください。 (2019年8月)

基本のプレーンオムレツは

- 一人前2個か3個の卵を溶き、少量のクリームや牛乳を加えて攪拌する
- バターをフライパンに落として熱して溶かし、卵液を流す
- 固まる前に鍋を持つ腕を叩きながら手早く返し、形を整え皿に盛る

焦がすことなく仕上がりを美しく、ふんわりとした仕上がりを得るためには、フライパンの使い方、バターの量、火加減の調節などの基本的な調理作業に高い技術が必要となるため、プロの調理人がこれら基本技術の習得のためにオムレツを焼くという事も多い。フライパンに焼きついたら終わりであるため、美しく仕上げるにはテフロン加工もしくは念入りに油ならした鉄フライパンを使う。フライパンの手入れも技術の一部となる。

オムレツは焼け具合など仕上がりの状態を均一にするために多少の熟練を必要とする料理であるため、主に外食チェーン店向けの業務用オムレツも市販されている。

作りたてを食べるのが美味であり、また具の好みもあるので、高級ホテルの朝食ではシェフが客の好みに合わせて焼いてくれるサービスをする例も少なくない。

種類



この節は検証可能な参考文献や出典が全く示されていないか、不十分です。出典を追加して記事の信頼性向上にご協力ください。 (2019年8月)

具材を何も入れずに卵液に味付けしただけのものは、**プレーンオムレツ**と呼ばれる。ここからさまざまな具を加えたり、各種ソースや餡をかけるものなど非常に多くの派生形がある。中にハム、ひき肉、チーズ、玉葱、馬鈴薯などの野菜を入れて焼いたり、混ぜて焼いたりすることもある。また中心部が固まりきらない状態のものは**レアオムレツ**と呼ばれる。

仕上がりににはトマトケチャップをはじめ、レストランではドミグラスソース、ホワイトソース、和風ソース、カレーソースなど、独自に工夫したソースをかけて出す例も見られる。味付けした米飯を入れたものは「オムライス」と呼ばれる。同様に焼きそばを入れたものは「オムそば」「オム焼きそば」、あるいは「オム巻き」などと呼ばれる。これらは、いずれも日本で考案された料理である。なお、オムレツは明治初期に西洋茶漬として、東京浅草の会円亭で売られていたという。^[1]^[2]^[3]^[4]。

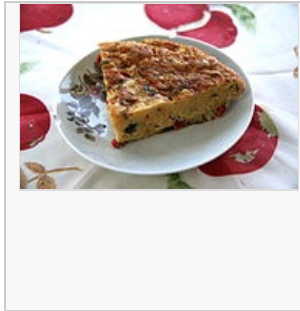
スパニッシュオムレツ(スペイン風オムレツ)は、鉄鍋などにたっぷりの具と卵を入れて、ひっくり返すことなくじっくりと焼き上げる。大きめに作って切り分けて出すもので、ケチャップやソースなどの調味料はあまり用いられない。

アメリカ合衆国では朝食メニューとして、炒めたハム、パプリカ、玉葱、トマト、じゃがいも、チーズ、マッシュルーム、ほうれん草などを混ぜ込む、あるいは挟み込んだ大型のオムレツが定番となっている。これはデンバー市の名を冠してデンバー・オムレツとも呼ばれる。

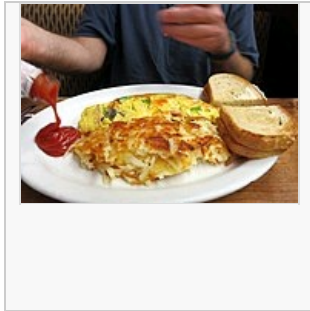
中華料理では芙蓉蛋と呼ばれ、多くの中華風定番オムレツ料理がある。鍋料理の具のひとつとして、卵を薄く焼いた皮で挽肉などを包んだ「蛋餃子」(タンジャオズ、dànjiǎo zǐ)という餃子の一種があるが、ミニサイズのオムレツと見ることでもある。

台湾では、干し大根を入れた菜脯蛋が朝食メニューの定番である。屋台料理として有名な仔煎は、牡蠣と溶き卵を水溶きした芋葛でとじる。

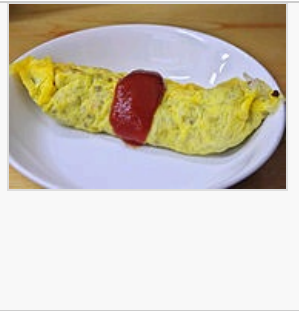
フランスのモン・サン＝ミシェルでは、卵をホイップクリームのように泡立て、甘くふんわりと焼き上げることで知られるオムレツ「スフレリーヌ」が名物となっている。「ラ・メール・プラーレ(プラーレおぼさん)」(fr)^[5]などの店が日本にも進出している。



スパニッシュオムレツ



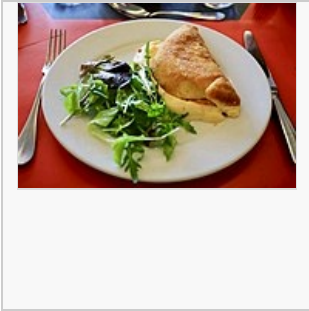
デンバー・オムレツ



挽肉・玉葱入りでケチャップをかけた、日本の家庭料理のオムレツ



台湾の仔煎



フランス モン・サン・ミシェルのスフレリーヌ

オムレット

似通った名前の菓子として、オムレット^[6]がある(「オムレツケーキ」とも)。オムレツに類似した形状のスポンジケーキ生地に、クリームや果実を挟んだ菓子である。丸ごと1本のバナナを挟むスタイルがよく知られるほか、塩キャラメル^[7]の味を効かせたものなど多岐にわたる。

一説には、1970年代頃に自由が丘トップ(現在は閉店)という洋菓子店が作り、世に広めたといわれている。東海地方では「ゴンドラ」の名で売り出されたともいう^[7]}。

注釈

- ↑ 『日本食物史 食生活の歴史』 樋口清之/著 柴田書店 1987
- ↑ 『日本食生活史』 渡辺実/著 吉川弘文館 1981
- ↑ 『日本食生活史 下 近世から近代』 雄山閣出版 1995 出典『明治事物起源』とあり。
- ↑ 『明治事物起源』 石井研堂/著 筑摩書房 1997 P.124に「明治4、5年頃のものらしき」と記載されている
- ↑ 松屋銀座にフランス伝統菓子店―「ラ・メール・プラーレ」(<http://www.depachika.com/headline/358/index.html>)デパチカドットコム・2007年2月15日
- ↑ コトバンク (<https://kotobank.jp/word/%E3%82%AA%E3%83%A0%E3%83%AC%E3%83%83%E3%83%88-454483>)オムレット デジタル大辞泉の解説
- ↑ 大人気の東京の定番スイーツが再び登場!! (<https://www.jr-takashimaya.co.jp/blog4/archives/date/2018/10/16>)お菓子研究家・猫井登のスイーツ・コンシェルジュ

参考文献

- マダム・ブラン『軽便西洋料理法指南：実地応用 一名・西洋料理早学び』洋食庖人、久野木信善、東京、1888年11月、6-7頁。全国書誌番号:40069136 (https://iss.ndl.go.jp/api/openurl?ndl_jpno=40069136), info:ndljp/pid/849016/10 (<http://dl.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/849016/10>)

0)。

関連項目

- オムライス
- 卵焼き
- トルティージャ
- ベシエール (イースターに巨大オムレツを作る町)
- スクランブルエッグ

外部リンク

- ブリタニカ国際大百科事典 小項目事典『オムレツ (https://kotobank.jp/word/%E3%82%AA%E3%83%A0%E3%83%AC%E3%83%84)』 - コトバンク
- デジタル大辞泉『オムレツ (https://kotobank.jp/word/%E3%82%AA%E3%83%A0%E3%83%AC%E3%83%84)』 - コトバンク
- 世界大百科事典 第2版『オムレツ (https://kotobank.jp/word/%E3%82%AA%E3%83%A0%E3%83%AC%E3%83%84)』 - コトバンク
- 日本大百科全書(ニッポニカ)『オムレツ (https://kotobank.jp/word/%E3%82%AA%E3%83%A0%E3%83%AC%E3%83%84)』 - コトバンク
- 和・洋・中・エスニック　世界の料理がわかる辞典『オムレツ (https://kotobank.jp/word/%E3%82%AA%E3%83%A0%E3%83%AC%E3%83%84)』 - コトバンク
- 和・洋・中・エスニック　世界の料理がわかる辞典『オムレット (https://kotobank.jp/word/%E3%82%AA%E3%83%A0%E3%83%AC%E3%83%83%E3%83%88)』 - コトバンク

「https://ja.wikipedia.org/w/index.php?title=オムレツ&oldid=73755159」から取得

最終更新 2019年8月6日 (火) 19:50（日時は個人設定で未設定ならばUTC）。

テキストはクリエイティブ・コモンズ 表示-継承ライセンスの下で利用可能です。追加の条件が適用される場合があります。詳細は利用規約を参照してください。