



心斎橋パンケーキブームに迫る！！

今までも色々な食べ物のブームについてご紹介してきましたが、今回注目は『パンケーキ』。「今さら!？」と皆さん思われると思いますが、今だからこそのご紹介・・・。

そもそもパンケーキブームは2008年頃からスタートし、2010年にはハワイからの有名店の出店で行列ができるようになってから全国的に広がったといわれています。

心斎橋でも「激戦区」と冠がつくほどに多くの店舗が出店し、各店トッピングや厚み・食感など独自の色を出しつつ、しのぎを削っています。

行列に並ぶのが大っキライな人の多い大阪は、この手のブームが去るのも早いのですが、5年以上経つ今も賑わっている・・・。何か秘密があるのでは？と取材にいかせてきました！

今回訪れたのはパンケーキブームの火付け役としても大変有名な『Eggs' n Things (エッグスンシングス)』。松前屋からは御堂筋を越えてすぐのところにあります。

ハワイをイメージした明るく開放感のある店内は、平日にもかかわらずたくさんの女子で賑わっています。私もその一人として体験し、いくつかのポイントに気付きました！



<その①>シェアして楽しい！飽きないバリエーション

店内に入って気づいたのは皆さん楽しそうに“シェア”していること。もともと『ブレイクファーストメニュー』のコンセプトの店であることからエッグベネディクトなど甘くないメニューも充実しています。以前から「ボリュームのあるパンケーキってどのタイミングで食べるんだ??」と不思議だったのですが、なるほど！おかずメニューと合わせて、みんなでシェアすれば食後のデザート感覚ですね。

<その②>インパクト大のビジュアル！SNS映えが最高

運ばれてきたパンケーキには山盛りのクリームでなんとも言えないインパクト。どのテーブルも運ばれると同時に、スマホカメラを構えます。今や『SNSでアップしたくなるビジュアルの料理』というものはブームに必須なことは言うまでもありません。



味に関して言うと、美味しいのですが正直（クリームの量以外は）突出している感じではないので、実は長いブームにはこの<その②>の要素がとても重要だと感じました。必ず店員さんが「お写真とりましょうか？」との声かけをし、店内の『壁』も映り込んだ時におしゃれな仕様。SNSで発信するお客さんがいればいるだけずっと新しい「生きた広告」が発信し続けられ、さらに新しい顧客につながっていく…。それを店として率先して促している戦略はとても勉強になりました。

やはりこれからの広告はネットでの拡散力でしょうか…。昆布屋もビジュアル系を目指す時代になって来ようです。

本日のカレーコーナー

第7弾はちょっと番外編で、松村の最愛のスープカレー屋さん『マジックスパイス』。

スープカレーの聖地、札幌に本店を構え、東京下北沢、名古屋、大阪なんばの全4店舗を展開しています。大阪なんばといっても御堂筋からは結構遠く、歩いて15分ほどの場所にあり、かなり微妙な立地！にもかかわらず、ド派手な内装とユニークな辛さを求めて、多くのファンがいる人気店です。

カルテNO.7：スープカレーの名付け親 「マジックスパイス」

メモ：1993年北海道に創業。日本で初めて「スープカレー」の名を轟かせたスープカレーの元祖と呼ばれる名店です！インドネシアがルーツの透明感のあるスープは、チキンの旨みやマスター自ら調達する道産野菜が醸し出すコクと甘み、刺激的なスパイスの風味が凝縮した奥深い味わい。“覚醒”から“虚空”までの7段階の辛さ、40種類のトッピングで思いのままに“辛世界”へ旅立てる！「医食同源」がコンセプト。赤をテーマにしたエキゾチックな内装は目から元気に！という効果を狙ってだそうです。「カラダとココロに効くカレー」は本当に病み付きになります！



私はいつもチキンを瞑想（2辛）で注文！ホロリとほぐれるチキンチキンレッグとゴロゴロした野菜、ピリっとした辛味があっさりとかのあるスープとマッチして最高です。

健康法師の独り言 パート 74

ダイエット進まず！

1月にはいりますと、ただでもお正月で食いすぎ、寒くて動きが鈍って…で太ります。昆布屋さんの場合はお歳暮や年末商戦が忙しいので、どうしても忘年会型というよりも、新年会型の会社となります。賀詞交歓会やら、組合の集まりやら、会社の2回の新年会やら…。そこに、遠方より客人がやってくるので2晩付き合うとか、ゴルフ仲間も食事会をするやら、とにかく今年の1月は、1ヶ月間に11日の外食で大変でした。

特に、ウォーキング&筋トレの日と外食がかち合って、筋トレを休むこと3回。これではブクブクに太っても仕方なし…。結果、3kgのウェイトオーバーとなっており、2月に入って四苦八苦しております。

一口に3kgと言っても、目の当たりにするとびっくりしますよ。コナミスポーツジムには、『3kgの脂肪の塊』という模型が置いてありますが、これが重くてでかい！『ええ！こんなもん体に付けてんのかあ〜！』っと驚愕の3キロです。直径10センチくらいで長さが40センチくらいのゴムみたいな樹脂製。考えてもみましよう、あの2リッターのペットボトルが約2kgなわけですから、3キロがどれほどの大きさはおおよそ察しが付くというものです。これを腹に巻いているのですから、そりゃ重いわな…。

45分のウォーキング（4キロメートル）をすると、汗をかいて200g〜250gくらいは落ちるのですが、そこに30分の筋トレを加えるとさらに150gほどウェイトは落ちます。ただし、これは一過性に水を出しているだけです。脂肪はなかなか目に見えては落ちませんね。

日ごとの生活ではなかなか歩かない為に、わざわざゴナミに行つてウォーキングするわけですが、かといって車通勤を止められず…。女子ならずとも、ポッコリお腹は見苦しく恥ずかしい。理想的な『ヤンジー』『やんちゃ爺』を目指すためにも、トレーニングは欠かせません。でも、トレーニングのない夜は、なんぼ幸せ！しんどいわ。。。



編集後記

皆さま、今回の通信はいかがでしたか？5年前のパンケーキブームの時は街に出てはパンケーキを食べるのが楽しみでしたが、今回久しぶりに食べに行ってみると「ヴ！甘いな。。。」と！味の嗜好が変わったのか、味が落ちたのか？長く愛されるのは難しいですね。松村