

## Let's eat Water!

クリンスイと菓子研究家・福田里香からの冬の提案

浄水でつくる冬のおいしい朝食 " ポリッジ "

レシピ公開&朝食会のご案内



Photo\_Norio Kidera

三菱ケミカル・クリンスイ株式会社（本社：東京都中央区、代表取締役：田邊大地、以下：クリンスイ）は、浄水器の製造・販売を通して、環境に優しく安心して使えるおいしい水を暮らしに届けるとともに、「もう一度、水道水を飲もう。」の企業メッセージを発信。国内の水資源の活用を軸に、人々がよりサステナブルで豊かなライフスタイルを推進するさまざまな取り組みを行っております。

クリンスイでは、水の新たな取り入れ方の提案としてこの夏、多くの反響をいただいたクリンスイの食べる水ゼリーの企画をご一緒した菓子研究家・福田里香さんとともに、料理にかかせない"水"の視点から、目と舌を喜ばせるレシピや、その楽しみ方をご提案してきました。引き続き、水の三態（氷・水・水蒸気）をヒントに、水の状態変化から水と食のおいしい関係を探り、浄水を活用することで素材の新たな美味しさや魅力を引き出すようなレシピ、また、水を通して暮らしを楽しむヒントとなるような企画を考えていきます。

福田里香さんとの企画第2弾は、寒い冬の朝に、身体にやさしくあたたかな朝食として、浄水でつくる「ポリッジ（porridge）」をご紹介します。

「ポリッジ」とは、イギリスで親しまれている朝食で、オーツ麦（オートミール）をつかったお粥のような料理です。作り方もシンプルで、オーツ麦を水やミルクで煮てお粥状にしたものに、フルーツやはちみつ、ジャムやナッツ、スパイスなどお好みでトッピングして食します。オーツ麦にはビタミンやミネラル、食物繊維などが豊富に含まれており、栄養価が非常に高く、美容、健康にも最適な朝食として、日本でもここ数年注目を集めています。

今回、クリンスイと福田里香さんが提案する「ポリッジ」は、オーツ麦の本来の美味しさを味わえる、スティールカットオーツ（挽き割りオーツ）麦を使い、前日から浄水で浸水させ、差し水を加えながら煮てつくります。

クリンスイのWEB JOURNALにて、浄水でつくる「ポリッジ」のレシピ公開や、彩り、食感などさまざまなトッピングでの楽しみ方を紹介していきます。

なお、12月14日（水）15日（木）には、「クリンスイ 水の喫茶室」の第二弾として、福田里香さんによる「ポリッジ」を体験できる「朝食会」を開催します。年末年始、胃にも負担のかかるこの時期に、栄養価も高く、身体にもやさしいあたたかな朝食「ポリッジ」を取り入れていただけたら幸いです。



今回、クリンスイと福田里香さんが提案するポリッジのレシピは、オーツ麦の本来の美味しさを味わえる、スティルカットオーツ（挽き割りオーツ）を用いて、水で煮てつくる「ポリッジ」をご紹介します。オーツ麦を前日から浄水に浸水させ、水をしっかり含ませたオーツ麦を差し水をしながらゆっくり煮ていきます。スティルカットオーツは、オートミールのように蒸してつぶしたのではなく、粒のままなので、麦本来の味や歯応えもしっかりと味わうことができます。浸水させるひと手間はかかりますが、調理時間は10分程度とあっという間に完成。ミルクによる焦付きなどもなく、忙しい朝にも手軽に作れる朝食としておすすめです。

本企画について、福田里香さんは、「オーツ麦を前日からしっかり浸水させることが大切です。お米も同じですが、浸水させる水こそ、素材が最初に吸収するものなので、その水が美味しくきれいであれば、素材の味にも影響してきます。今回の企画にあわせ、水道水、クリンスイの浄水、アルカリ水、軟水（出汁用）でポリッジをつくり、味の変化について実験してみました。水道水と比べ浄水した水は3つとも、雑味が消え甘みが増しました。想像以上にそれぞれ甘みの方向性に違いがありとても興味深かったです。」と話します。



## EVENT OUTLINE

### クリンスイ×福田里香×平井かずみ「水の喫茶室 #2」

クリンスイ WEB JOURNAL の連動企画として、菓子研究家・福田里香さんとフラワースタ일리スト平井かずみさんを迎えたイベント「クリンスイ 水の喫茶室」の第二弾として、朝食会を開催します。平井かずみさんの新しいアトリエ「皓 shiroi」を会場に、福田里香さんが提案する浄水でつくる「ポリッジ」の作り方や楽しみ方をはじめ、平井かずみさんによるミニハーブブーケのハーブティーもご用意。お料理に欠かせない水、水の飲み比べなどをまじえて、クリンスイの浄水のしくみや活動についても、お話しさせていただきます。ぜひ、ご参加くださいましたら幸いです。



日時： 2022年12月14日（水）15日（木）

□第1部：9:00～ □第2部：11:30

～（各回12名・1時間程度）

場所： 皓 shiroi

東京都渋谷区恵比寿 3-22-1

参加申込み：クリンスイ公式 Instagram

\*「クリンスイ喫茶室」に参加ご希望の方は、クリンスイ公式インスタグラムより申し込み情報をご確認くださいませようお願いします。

@cleansui\_knows | [https://www.instagram.com/cleansui\\_knows/](https://www.instagram.com/cleansui_knows/)

## PROFILE



### 福田里香

菓子研究家。福岡県生まれ。食にまつわるモノ・コトのディレクションを手掛ける。コンセプトを深く鋭く考察した唯一無二のレシピで人気に。雑誌『装苑』の長期連載コラムは23年目、『民芸お菓子』『R先生のおやつ』『新しいサラダ』『いちじく好きのためのレシピ』など著書多数。

Instagram アカウント : @ riccafukuda



### 平井かずみ

フラワースタ일리スト。草花がもっと身近に感じられるような「日常花」の提案をしている。東京を拠点に花の教室「木曜会」や、全国で workshop を開催。雑誌や CM でのスタイリング、TV やラジオにも出演。「すぐそばにある自然の営みに気づくことで、私たちの感性の森を育む」をテーマに活動する“seed”の第1弾として、写真・文を自ら手がけた花のタブロイド『seed of life』を発行。その他「季節を束ねるブーケとリース」(主婦の友社)等、著書多数。2022年2月にアトリエ「皓 shiroi」をオープン。

<https://www.hiraikazumi.com> | Instagram アカウント : @hiraikazumi



### 三菱ケミカル・クリンスイ株式会社

1984年、雑菌まで除去できる世界初の中空糸膜フィルターを採用した家庭用浄水器「クリンスイ」を発売。「コップ一杯の水をきれいに」というスローガンのもと、世界50カ国以上で利用されているグローバルブランドに。今では浄水器にとどまらない水のブランドとして、製品やサービスを展開しています。2019年には「Cleansui」ブランドが国際的デザイン賞「Red Dot Award: Brands & Communication Design 2019」を受賞。

クリンスイ URL : <https://www.cleansui.com>

クリンスイ WEB JOURNAL : <https://brand.cleansui.com/journal>

Instagram 公式アカウント : @cleansui\_knows | [https://www.instagram.com/cleansui\\_knows/](https://www.instagram.com/cleansui_knows/)

## CONTACT

【PRESS CONTACT】ご質問、掲載や取材に関するお問い合わせは下記までご連絡下さい。

■三菱ケミカル・クリンスイ株式会社 広告宣伝部 MCJP-MBX-MRP\_CLEANSUI\_PR@mchcgr.com

■クリンスイ PR : デイリープレス (川村・竹形) tel.03-6416-3201 [info@dailypress.org](mailto:info@dailypress.org)