

# 木でお肉をもっとおいしく



プランクBBQで  
楽しく県産材利用

森と木の  
エンジニア科  
2年 宮森庸介

## プランクBBQとは



プランクBBQとは木の板（**プランク**）に食材を乗せて焼くBBQのこと  
 燻製と似た効果が得られ、木特有の香ばしさが灰かき食材にプラスされることで、同じ食材を、別の焼き方、味、香りで楽しめる。

## 仮実食

BBQに慣れていないため、自宅等で簡易的に実験してみた

### 第1回



#### 内容

- ・ 樹種 コナラ
- ・ 80×150×20 (mm)
- ・ 約**24時間**水に浸す
- ・ フライパンを使い鶏肉を20分蒸し焼き

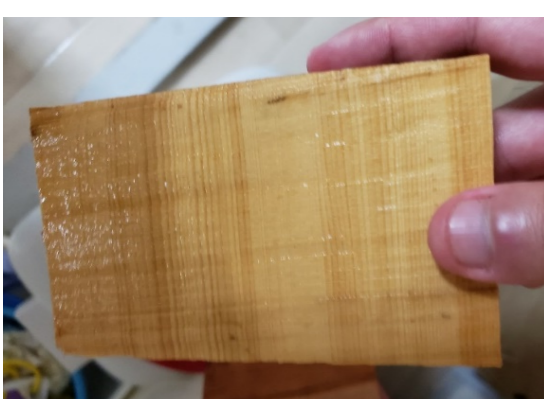
#### 結果

- ・ 味、香りともに変化は小さい
- ・ 肉質は良い
- ・ 焦げる心配がない

#### 考察

- ・ 水に浸す時間が長すぎて香りが抜けたのでは？

### 第2回



120×70×20



105×110×30

#### 内容

- ・ 樹種 カヤ (左)
- ・ ウワミズザクラ (左下)
- ・ **1時間**水に浸す
- ・ フライパンを使い鶏肉を15分蒸し焼き
- ・ 友人二人にも試食してもらう

#### 結果 (3人の意見)

##### カヤ

- ・ においが強すぎる
- ・ サンショウのような味がした
- ・ 後味が悪い

##### ウワミズザクラ

- ・ においはあまり変わらない
- ・ ただ焼くよりはおいしい
- ・ 少し燻製っぽい味がした

## 前年度 中村瑠偉さんの研究



研究テーマ  
あまり知られていない木の新しい使い方  
↓プランクBBQ

プランク材  
スギ、ヒノキ、スラッシュユマツ、キハダ  
それぞれ厚さ  
10・15・20ミリメートル

結果  
厚さ10〜15ミリメートルが望ましい  
香りの強い樹種は好みに分かれる

## 本実食

### 今回プランク材として使用した樹種



カツラ キハダ ホオノキ コナラ ブナ ヤマザクラ クリ

サイズ 70×15×200 (mm)



板を水に漬けています。



殺菌のため片面を炙る



アルミホイルで包んで20分加熱



完成！

## アンケート結果

※評価は五段階評価の平均

第1回	参加人数	3人 (En2)	第2回	参加人数	4人 (En2)
	浸水時間	1時間		浸水時間	1時間
	焼き時間	20分		焼き時間	20分

順位	樹種	評価	順位	樹種	評価
1	ブナ	5.00	1	ブナ	4.50
2	コナラ	4.00	2	コナラ	4.25
3	クリ	3.30	2	ホオノキ	4.25
4	ホオノキ	3.00	2	キハダ	4.25
4	カツラ	3.00	5	クリ	4.00
4	ヤマザクラ	3.00	6	カツラ	3.50
7	キハダ	2.00	7	ヤマザクラ	2.75

## 総合評価

- ・ 第1回、第2回ともに **ブナ**の人気の高かった
- ・ ブナ、コナラ、クリの **ブナ科**が適しているのでは？
- ・ カツラ、ヤマザクラはすっぱいと感じた人が多かった
- ・ キハダはバターのような味が感じられ、好き嫌いが分かれる

## まとめ

- ・ 樹種によって味のばらつきが大きい
- ・ 味の変化を活かせば付加価値が出るのでは（「素材の味を活かすならブナ」、「変化を楽しむならキハダ」など）
- ・ BBQ初心者には難しい→楽しむためには？  
→家のコンロやホットプレートを使った「**プランクソテー**」の提案