

“発酵”の検索頻度が2年で4.5倍！うまみと香りが豊富な健康食材に注目！

2019年版「トレンド鍋®」は “発酵鍋”

～8割が食べたいと回答！“発酵鍋”は増税対策の強い味方！？～

株式会社ぐるなび（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：杉原章郎）は、2019年「トレンド鍋®」を“発酵鍋”に決定しました。

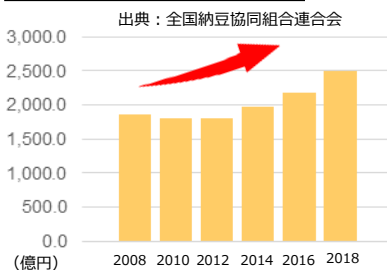
近年の健康志向の高まりから、味わい豊かな“うまみ”と優しく芳醇な“香り”が楽しめる発酵食品に注目が高まっています。発酵食品の代表例である納豆の市場規模（※1）や、チーズの総消費量（※2）は2018年度に過去最高を記録しました。国内では発酵食材を使った飲食店やカフェが増加している他、海外でも日本古来の発酵食品が注目されています。他にも、女性の間で自家製の発酵が人気になっているという背景もあってか、ぐるなびのビッグデータを活用して食のトレンドを分析する「ぐるなびデータライブラリ」によると、**発酵の検索頻度がここ2年で4.5倍**（※3）となっており、ユーザーの関心の高さがうかがえるため、この冬のトレンド鍋に“発酵鍋”を選出しました。

また10月からの増税を前に、発酵食品は代謝を促すことによる美容効果や防寒効果、腸の働きを整えることで、風邪対策をはじめとした免疫力アップの効果も期待できるため、食を通して美や健康を保ち美容代やお薬代を浮かせることができそうです。“発酵鍋”はこうした増税に節約志向の強い味方にもなることが予測されます。

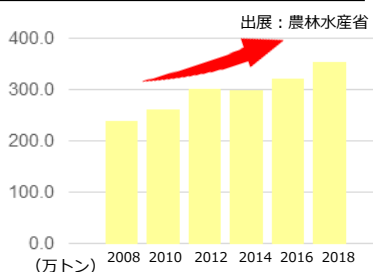


▲腸活！発酵ねばねば鍋

（※1）納豆の市場規模



（※2）チーズ総消費量の推移



（※3）発酵の検索推移



◆鍋に関するアンケート調査 結果ポイント◆

- ・この冬に食べてみたい鍋は「ヘルシー・健康的」が上位にランクイン！
- ・81%が発酵鍋を食べたいと回答。40代女性が最も高く90%が支持！
- ・75%が発酵食品を使った料理を食べる頻度が増加！よく食べる発酵食品はヨーグルト。

<本件に関する報道機関からのお問い合わせ先>

株式会社ぐるなび 広報グループ TEL:03-3500-9700 MAIL:pr@gnavi.co.jp

■“発酵鍋”とは!?

“発酵鍋”は、味噌や甘酒といった日本の伝統食品や、キムチやチーズなど世界でも親しまれている食品まで様々な発酵食品を具材やつけダレに使用した鍋です。腸の働きを整えて、風邪対策をはじめとした免疫力アップの効果が期待できるなど、“発酵鍋”は寒い冬にはぴったり。管理栄養士として活躍する柴田真希さん監修の“発酵鍋”をご紹介します。



管理栄養士 柴田真希（しばたまき）

(株)エミッシュ代表取締役。女子栄養大学短期大学部卒業後、給食管理、栄養カウンセリング、食品の企画・開発・営業などの業務に携わり独立。現在はお料理コーナーの番組出演をはじめ、各種出版・WEB媒体にレシピ・コラムを掲載するほか、食品メーカーや飲食店のメニュー開発やプロデュースなども手がける。

腸活！発酵ねばねば鍋

2018年の納豆市場は過去最高を更新。“粘り強い”人気の納豆をお鍋でたっぷりと摂取できる腸活鍋！



調味料である味噌も納豆も、大豆が原料の発酵食品。たんぱく質も豊富で女性に嬉しいイソフラボンも含まれています。長芋やなめこなどネバネバの成分は、胃の粘膜の保護に役立ち、免疫強化などの効果が期待できるため、食べすぎになりがちなお鍋も安心。納豆はよくかき混ぜることによりネバネバ成分が増えて旨味も増します。加熱に弱いため、具材に火が通ってから最後に加えるようにしましょう。

菌活！たっぷりきのこのチーズ鍋

チーズティー、パネチキン、バスチー（バスク風チーズケーキ）など今年も止まらないチーズ人気。きのここと合わせた菌活鍋！



見た目にインパクトのあるクリームの中にはクリームチーズが入っています。メインの鶏肉は塩麹で揉み込んであるのでとっても柔らかい。たっぷり入れたきのこは菌そのものであり、チーズなどの発酵食品のエサとなる食物繊維も豊富に含まれています。これらの食材の整腸作用により、お肌の調子が良くなったり、風邪をひきにくくなるなどの効果も期待できます。

美活！甘酒しゃぶしゃぶ ヨーグルト味噌だれ・梅だれ

鍋の定番、しゃぶしゃぶはつけだれに発酵食品を使うことで今年風にアレンジ。2種類の発酵食品を組み合わせた“W発酵”で健康効果がアップした美活鍋！



発酵食品である甘酒をベースにしただし汁は、加熱に弱いためグツグツ煮立たせないことがポイント。甘酒には炭水化物や脂質などの分解を助けるビタミンB群や、腸内細菌のエサとなるオリゴ糖が含まれており、疲労回復や腸内環境を整えるなどの効果が期待できます。ヨーグルト×味噌、梅干し×酢を使ったW発酵食品のたれをかければ生きたままの菌をカラダに摂り入れる事ができます。

★各鍋のレシピはご提供可能です★

“2019年ノミネート鍋”

2019年「トレンド鍋®」は“発酵鍋”のほか、3つの鍋がノミネートしました。



▲gz 「台湾もつ鍋」

◆台湾鍋

年末年始の人気旅行先では4年連続1位、GWの人気旅行先でも5年連続1位と台湾の人気はとどまるところを知りません。特に台湾発祥であるタピオカドリンクの人気が高く、日本初上陸店舗が今年も続々と登場し、行列を作ったことで注目されました。



▲あくとり代官 鍋之進
「厚切りベーコンとトマトの
ラクレットチーズ鍋」

◆チーズ鍋

2019年2月、欧州連合との経済連携協定（EPA）の発効により注目が高まったチーズ。とろりと溶けたチーズがインスタ映えする他、栄養価の高さから健康志向の方にも好まれるようになったこともあり、国内のチーズ消費量は年々増加傾向に。



▲めり乃 「ラムしゃぶ」

◆ひつじ鍋

“第4の肉”として今ではスーパーで手軽に購入できるように。保存技術の向上により臭みが少なくなったことで、食べ方が広がり羊肉専門店が増加しています。また宗教上の規制が比較的少ないので、訪日外国人需要も見込まれます。

「発酵鍋グランプリ」開催！



「発酵鍋グランプリ」は全国の飲食店を対象とし、2019年9月4日（水）よりエントリーがスタートします。開催期間中に全国で提供される様々な“発酵鍋”から、消費者の一般投票と審査員による審査で全国でNo.1の“発酵鍋”を決定します。またグランプリだけではなく、協賛企業による部門賞も選出します。

本グランプリの開催により、本格的な鍋シーズンに向けてユーザーや飲食店、関連企業とともに今年の鍋商戦を盛り上げます。

「発酵鍋グランプリ」概要

- スケジュール：2019年9月4日（水）～10月31日（木）エントリー期間
2019年11月7日（木）～2020年1月10日（金）一般投票期間
2020年1月中旬 結果発表
- 審査方法：グランプリ・準グランプリ…一般・審査員による投票で選出
各部門賞…各部門設定企業による投票で選出
- 賞金：グランプリ…30万円、第2位…15万円、第3位…5万円
- 特設サイト：<https://pr.gnavi.co.jp/promo/trendnabegp/2019/entry/>

※ぐるなび未加盟店舗でもエントリーいただけます

<参考資料> アンケート調査

【調査概要】 ■ 調査日：2019年8月14日(水)～2019年8月19日（月）
 ■ 調査方法：インターネット調査
 ■ 調査対象：20～60代計2498名

①この冬に食べてみたい鍋は「ヘルシー・健康的」が上位にランクイン！

Qこの冬に食べてみたい鍋料理は。(n=2498)

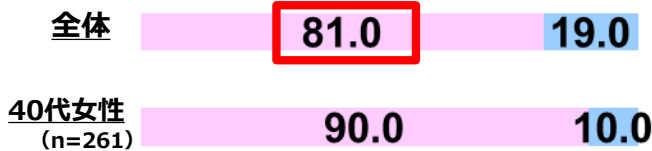
1位	具材が豊富	53.7%
2位	ヘルシー・健康的	45.2%
3位	コスパが良い	32.9%
4位	ボリュームがある	26.2%
5位	彩り・見栄えがいい	18.5%

この冬に食べてみたい鍋を尋ねると【具材が豊富】に次いで【ヘルシー・健康的】が2位にランクイン。健康意識の高まりから、鍋についても野菜や魚介・肉など多くの具材を使った、ヘルシーなイメージを求めていることがわかりました。

②81%が“発酵鍋”を食べたいと回答。40代女性が最も高く90.0%が支持！

Q“発酵鍋”を食べてみたいですか。(n=2498) (%)

■ 食べてみたい ■ 食べたいとは思わない



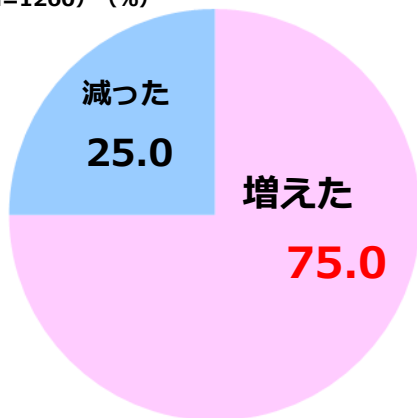
※【食べてみたい】は【食べてみたい】と【機会があれば食べてみたい】の合計

“発酵鍋”を食べてみたいかを尋ねると、全体では81%、また年代性別で見ると40代女性が最も多く90%が食べたいと回答しました。発酵食品という身近な食材であるためか、“発酵鍋”への関心の高さが伺えます。

③75%が発酵食品を使った料理を食べる頻度が増加！よく食べる発酵食品はヨーグルト。

Q発酵食品を食べる頻度は増えましたか。

(n=1260) (%)



※【増えた】は【増えた】と【どちらかといえば増えた】の合計、
 【減った】は【どちらかといえば減った】と【減った】の合計

Q最近良く食べる発酵食品は。(n=2498)

1位	ヨーグルト	61.4%
2位	納豆	59.0%
3位	チーズ	58.6%
4位	味噌	53.6%
5位	醤油	47.0%

発酵食品を使った料理を食べる頻度を尋ねると、75%の人が【増えた】と回答しました。最近よく食べる発酵食品は、ヨーグルトを筆頭に、実際に消費量が増えている納豆やチーズがランクインしています。