

「激辛料理」に関する調査レポート2021

激辛好きの6割が支持！激辛×にんにく・スパイスの“旨辛”に注目



都内飲食店の「激辛料理」取扱指数は3年連続増加で約2倍に



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、ぐるなび会員を対象に実施したアンケート調査をもとに2021年の「激辛料理」に関する傾向を分析しました。

2021年の夏も猛暑が予想され、マスクが手放せない生活により、熱中症や夏バテに引き続き注意が必要です。そんな暑さを乗り切るためのグルメとして、「激辛料理」が、昨年に引き続き人気を集めています。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「**激辛料理**」の東京都内の取扱店舗指数が3年連続で増加し、約2倍に増えています。

ここ数年「激辛料理」の人気は定着しつつありますが、今年の夏に食べてみたい激辛料理の味わいについては、**激辛料理好きの6割以上**の人が「**辛さとにんにくやスパイスなど、風味やうま味が際立つ味**」に注目していることが分かりました。

また、テイクアウトやデリバリーなどを利用した、**中食で激辛料理を楽しむ人の割合が2割以上と増加傾向にあります**。長引く自粛生活により、「**気持ちをスッキリさせたい**」「**自炊の機会が増え、味のバリエーションを増やしたい**」など「激辛料理」を求める背景もあり、この夏も引き続き注目が集まりそうです。

そこで最新の調査結果やこの夏に注目の激辛料理のポイント、さらに注目の激辛メニューをテイクアウトできる飲食店をご紹介します。

■都内の激辛料理の取扱店舗指数推移

ぐるなびデータライブラリ調べ（2018年5月～2021年5月）



激辛料理に関する調査レポート

■激辛料理に関する調査レポート結果ポイント

- ①20代女性の3割以上がコロナ禍前と比べて「激辛料理」を食べる機会が増加
- ②「激辛料理」を食べる機会が増加した理由は、気持ちがスッキリするから
- ③テイクアウトやデリバリーを含む中食で「激辛料理」を楽しむ人の割合は前年比1.6倍
- ④今夏の激辛トレンドは「辛さとにんにくやスパイスなど、風味・うま味が際立つ味」

【調査概要】「激辛料理に関するアンケート」

- 調査日：2021年5月18日(火)～2021年5月21日(金)
- 調査方法：ぐるなびアンケート会員に対するインターネット調査
- 回答者：20～60代 計1,200名

<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 MAIL:pr@gnavi.co.jp



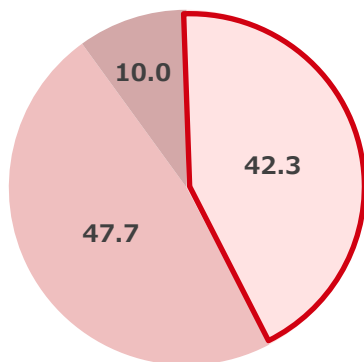
調査のポイントと分析結果は以下の通りです。

①20代女性の3割以上がコロナ禍前と比べて「激辛料理」を食べる機会が増加

■あなたは、激辛料理が好きですか？（%）

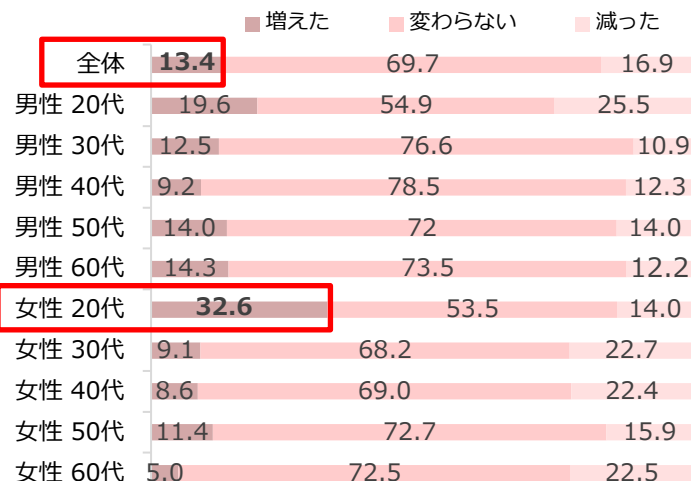
n=1,200

- 好き+どちらかと言えば好き
- 嫌い+どちらかと言えば嫌い
- 食べたことがない



■新型コロナウイルス感染症の流行前（2020年2月以前）と比べて激辛料理を食べる機会に変化はありましたか？（%）

ベース：「激辛料理」が好き n=508



「激辛料理」が好きかを聞いてみると、**全体の42.3%が好きと回答**。また、新型コロナウイルス感染症の流行前（2020年2月以前）と比べて「激辛料理」を食べる機会が増えた人は**全体の13.4%となり、中でも20代女性では32.6%が食べる機会が増えた**と回答、**全体平均の2倍以上の割合**となりました。

②「激辛料理」を食べる機会が増加した理由は、気持ちがスッキリするから

■激辛料理を食べる機会が増えたことにはどのような背景や理由がありますか？（%）

ベース：激辛料理を食べる機会が増えた n=68

※複数回答可

1位	激辛料理を食べると気持ちがスッキリするから	39.7
2位	自炊の機会が増え、味のバリエーションを増やしたかったから	30.9
3位	単調な生活に刺激が欲しいから	23.5
4位	食べ終わった後に達成感や多幸福感を感じるから	22.1
5位	自分の好みにあう激辛のレシピやメニューを見つけたから	19.1
	自分の好みにあう激辛料理のお店を見つけたから	19.1

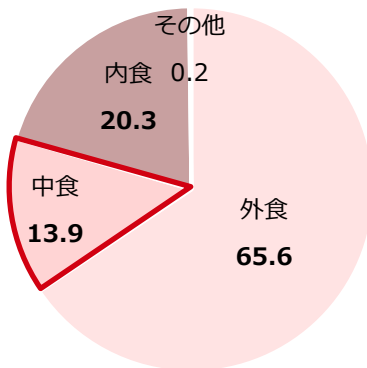
「激辛料理」を食べる機会が増えた背景や理由について、『**激辛料理を食べると気持ちがスッキリするから**』が**39.7%でトップ**でした。また、外出自粛で自宅での食事が増加しているためか、**30.9%が『自炊の機会が増え、味のバリエーションを増やしたかったから』**と回答。長引く自粛生活のリフレッシュや、自宅での食事を工夫するなかで「激辛料理」を食べる機会が増加していることがわかります。

③テイクアウトやデリバリーを含む中食で「激辛料理」を楽しむ人の割合は前年比1.6倍

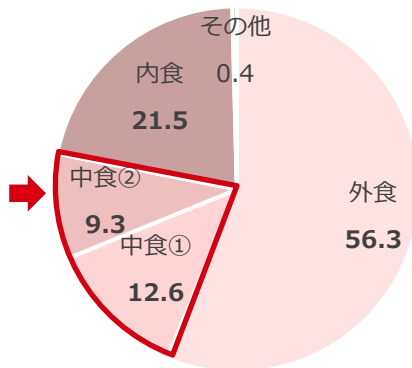
■外食/中食/内食のうち、あなたが激辛料理を食べる機会が最も多いのはどれですか。（%）

ベース：激辛料理が好き n=508

【2020年調査】



【2021年調査】



「激辛料理」に使われる大量の唐辛子や山椒などの辛み・痺れの味はなかなか自宅では再現しづらいことから、食べる機会が最も多いのは外食と答える人が5割以上。一方、中食①と②を合わせると21.9%となり、前年の中食の割合を参考値としてと比較すると、約1.6倍に増加。なかでも、中食①（店舗のテイクアウト・デリバリー）は12.6%となり、テイクアウトやデリバリーができる店舗の増加により激辛料理を中食で食べる人が増えているのではないかと推察されます。

外食：レストラン等へでかけて食べること

中食：市販の弁当や惣菜を家庭や職場で食べること

中食①：店舗（飲食店やデリバリーやテイクアウト専門店）でつくられたものをテイクアウト・デリバリーで注文

中食②：中食①以外のコンビニエンスストアなど小売店で調理加工品をテイクアウト

内食：家庭内で手作りした料理を食べること

④今夏の激辛トレンドは「辛さとにんにくやスパイス、風味・うま味が際立つ味」

■今年の夏に食べてみたい激辛料理の味わいを教えてください。（%）

ベース：激辛料理が好き n=508

※複数回答可

1位	辛さとにんにくやスパイスなど、風味やうま味が際立つ味	63.0
2位	辛さと発酵食品などを組み合わせたマイルドでうま味が際立つ味	40.4
3位	辛さとレモンや酢などの酸味を際立たせた味	34.4
4位	複数の唐辛子を組み合わせた辛さが際立つ味	27.6
5位	辛さと苦みなどが加わったより複雑な味	16.3

■あなたが最近注目している激辛料理は何ですか？（%）

ベース：激辛料理が好き n=508

※複数回答可

1位	麻婆豆腐	46.3
2位	担々麺	45.9
3位	辛麺	26.4
4位	スパイスカレー	26.0
	キムチ	26.0
5位	火鍋	25.2

「激辛料理」が好きと答えた方のうち、今夏食べてみたい味わいは、自宅で過ごす時間の増加やマスク生活により、にんにくの匂いも気にならなくなったためか、『辛さとにんにくやスパイスなど、風味やうま味が際立つ味』が63%と多くの方が回答。次いで、『辛さと発酵食品などを組み合わせたマイルドでうま味が際立つ味』が40.4%となりました。注目している「激辛料理」は、麻婆豆腐が46.3%となり、テイクアウトなどで自宅でも楽しめる身近な料理が上位にランクインしました。

この夏は、ニンニクやスパイスなどを効かせた「旨辛」に注目！！



この夏の注目は、「ニンニク」や「スパイス」などを効かせた旨味と香りや風味を楽しめる「旨辛」系の激辛料理です。

コロナ禍で自炊も増え単調な生活を送るなか、刺激を求める傾向は強まっており、辛いだけではなく、「ニンニク」や「スパイス」などの旨味や香りなどの風味を加え、美味しさをアップさせた激辛料理が人気となっています。

最近では、ご家庭でもレストランのような「旨辛」料理が楽しめるスパイシー調味料が増えているので、ぜひ、ご注目頂きたいです！

松田 智華（株式会社ぐるなび 食のバイヤー）

ぐるなびのお取り寄せサイト「ぐるすぐり」で食のバイヤーとして活躍。得意分野は「調味料」で、これまでに3000種以上の調味料を試食してきた経験を持つ。雑誌への寄稿やテレビ出演など、メディアにも多数登場。管理栄養士の資格を持っており、安心安全な食を提供するために幅広く活動しています。

<松田のイチオシ！旨辛調味料>

「手作りホットソースMASCARAS」3本セット 1,880円（税込）

京都のメキシカンバル「Comida Latina COSTA」のオリジナルホットソース。スパイスとビネガーの絶妙なバランスで、酸味と辛みがやみつきの美味しさ。餃子や唐揚げや目玉焼きなど、いつもの料理が「旨辛」料理に変身します！

<https://gurusuguri.com/shop/mascaras/Costa1/>



★この夏注目の激辛メニューはタイ料理のニューフェイス「パッキーマオ」★



■パッキーマオとは

- きしめんのような幅広麺を炒めた、タイの焼きそば。
- 名前は「酔っ払いも目が覚めるほどの辛さ」という意味。
- バジルの香りと唐辛子の辛さに海鮮の旨味が融合した旨辛料理。

■注目の理由

- 海外旅行に行けない状況の中、海外グルメに注目が集まる。
- 自宅で楽しめる「パッキーマオ」キットや調味料なども販売。

飲食店が更新する登録メニュー情報やユーザーの検索履歴など、ぐるなびが蓄積したビッグデータに基づく「ぐるなびデータライブラリ」が、独自のアルゴリズムを用いて6カ月以内に流行すると予測されたメニューから注目に値するものを発表する「トレンド予測」で、2021年6月に「パッキーマオ」を選出。

■「パッキーマオ」をテイクアウトできる飲食店



■Thai Food Dining Shangri-La 広尾

パッキーマオ 1,150円（テイクアウト1,180円）（税抜）

「酔っ払いも目が覚めるほどの辛さ」という意味のパッキーマオ。爽快感のあるタイバジルと唐辛子とお酢の酸味が美味しい焼きそばです。

<https://r.gnavi.co.jp/gcyd800/>



■ラックタイペンロイ

パッキーマオ 1,078円（税抜）

ピリ辛好みの方にお薦めのエビやイカなどのシーフードが入った太麺の焼きそば。本場タイ人シェフが作る本格的な味わいを楽しめます。

<https://r.gnavi.co.jp/a208601/>