

淑女検定

☑ チャレンジテーマ

包丁研ぎ

包丁を研ぐ。手間と時間がかかる作業だけれど、私たちの暮らしを支える基本だ。毎日使う道具だからこそ、いいものを、大切に。心静かに砥石（といし）と向き合えば、暮らしの新たな喜びにきつとつながる。



問題 1 包丁を研ぐサインは、次のうちどれが切りにくくなった時？



A. トマト



B. ナス



C. ネギ



D. カボチャ



問題 2 よく研いだ包丁でタマネギを切ると、ある驚きの効果が。合っているものはどれ？

A. 透明になる

B. 煮崩れしない

C. 辛みが消える

D. 目に染みない



問題 3 次のうち、最も切れる包丁はどれ？

A. 買ったばかりの新品の包丁

B. 代々使っているさびた包丁

C. 人造砥石で研いだ包丁

D. ルビーで研いだ包丁



SBS学苑
静岡校



今月の先生

【包丁研ぎ】講師

鈴木 豪 すずき こう

研屋店主、研ぎ師・鍵師

刃物の研ぎ方の職人技を伝授。3種の砥石を使い、切れ味の良い包丁に仕上げる方法を教える

SBS学苑静岡校
INFORMATION

11/24(土) 10:30~12:00

包丁の研ぎ方

講師/鈴木豪
受講料/2,268円(1回)管理運営費含む
教材費/6,500円(3種の砥石代金)

不定期の1日講座です。一度覚えてしまえば、ご家庭ですぐと実践できます。

【お問い合わせ・お申し込み】
Tel.054-282-1191

正解 & 解説

問題 1 → 正解 A

手入れが行き届いた包丁は、トマトの薄皮もスパンと切ることができる。ネギが切りにくくなった包丁は重症。切りにくいイメージのある鶏皮も、すいすい切れるのが標準。これらが切りにくになったら研ぐタイミング。毎日使う包丁であれば、半年に一度は研いでみよう。鈴木先生のおすすめは、ステンレス製より切れ味が長く続く鋼製。セラミック製や100円ショップなどの安価な包丁は研げないという。

問題 2 → 正解 D

鋭く研いだ包丁は、食材の繊維をつぶさず切ることができるので、さまざまな効果がある。タマネギの場合、切った時の汁の飛散が抑えられるので目に染みにくい。刺身はおいしさがアップするという。「例えばマグロ。身の繊維をつぶさないので、生臭さが出ないんです。料理が楽しくなりますよ」と鈴木先生。安価な研ぎ器を使うと刃こぼれしてしまうこともあるので、砥石を使って研ぐのがおすすめ。

問題 3 → 正解 C

新品のほとんどは、7割程度の切れ味しか発揮しない。かつては、鍛冶屋が作った包丁を、研ぎ屋に出して仕上げてもらってから使い始めていた。普段使いの包丁を研ぐと「新品よりよく切れる」と驚く人が多いのもそのため。自分で研ぐ場合は「荒砥石」「中砥石」「仕上げ砥石」の3種が必要。高価な天然砥石（堆積岩など）もあるが人造砥石でも十分。さびは包丁の天敵。お湯を掛けて水気を切るときびにくくなる。