

<SNS映えよりほっと落ち着く“地味”メニューの方が人気>
味の素(株)、料理・調味料に関する意識調査結果を公開
生活者はトレンドよりも安定を求める傾向に
～影の主演調味料ランキング2位！風味調味料の活用レシピもご紹介！～

味の素株式会社(社長：藤江 太郎 本社：東京都中央区)は、生活者解析・コミュニケーションの最大化を目的として設立した当社マーケティングデザインセンターにて、2023年11月、週に2回以上自宅で食事をしている全国の10～60代の男女1,056名を対象に「料理・調味料に関する意識調査」を実施しました。以下、調査結果をお知らせします。

サマリ/総括

【調査結果サマリ】

- 今後、長く食べ続けたいメニューの上位は「ごはんが進むメニュー」、次いで「素材が活きるメニュー」
- 1の回答理由としては「食を楽しみたいから」「安定した美味しさを求めているから」が半数以上に
- 最も好きな調味料ランキングでは、味付けのメインになる「塩・こしょう」「しょうゆ」が上位を占める一方で、料理に欠かせない影の主演調味料ランキングでは「風味調味料」が「塩・こしょう」に次いで2位に
- 風味調味料の用途ランキングでは「汁物」「炒め物」「煮物」などの定番料理が上位に

【調査概要】

調査対象者：週に2回以上自宅で食事をしている全国の10～60代の男女(計1,056名)

調査期間：2023年11月15日～11月17日

調査方法：インターネット調査

調査内容：料理・調味料に関する意識調査

■本調査をご使用の際は以下の注釈の記載をお願いします。

※味の素株式会社調べ

【調査結果総括】

今回の調査では、長く食べ続けたいメニューとして、最も多かった「ごはんが進むメニュー」に次いで、「我が家の定番メニュー」「素材が活きるメニュー」という回答が多く、ほっと落ち着く安定した美味しさが求められていることがわかりました。一方で「トレンド・SNS映えするメニュー」と回答した人の割合は低位にとどまりました。

また、最も好きな調味料は「塩・こしょう」「しょうゆ」といった味付けのメインになるものが選ばれる傾向にある一方で、料理に欠かせない影の主演調味料ランキングでは、「風味調味料」が「塩・こしょう」に次いで2位にランクインしており、和風顆粒だし、コンソメ、鶏がらスープの素などの風味調味料を重視している人が多いことがわかりました。

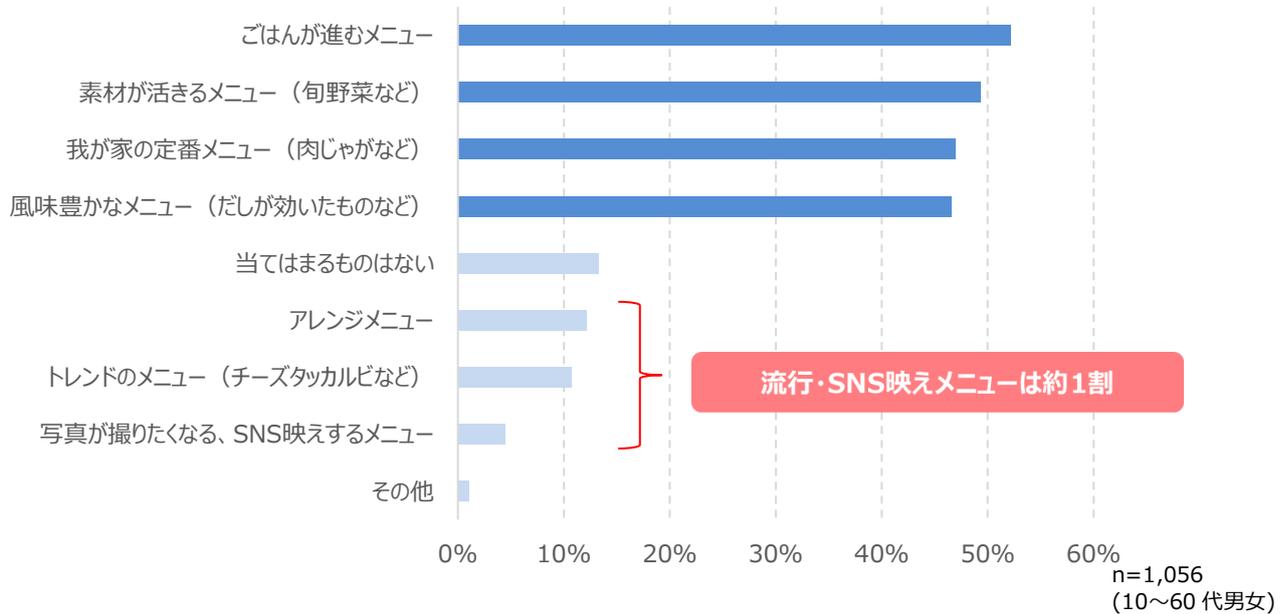
調査結果

1. 今後、長く食べ続けたいメニューの上位は「ごはんが進むメニュー」「素材が活きるメニュー」

長く食べ続けたいメニューは、回答が多い順に「ごはんが進むメニュー」「素材が活きるメニュー」「定番メニュー」「風味豊かなメニュー」となりました。一方、「アレンジメニュー」「トレンドのメニュー」という回答はいずれも約1割、「SNS映えメニュー」は1割以下と低位にとどまっています。



今後、長く食べ続けたいメニューは何ですか (MA)

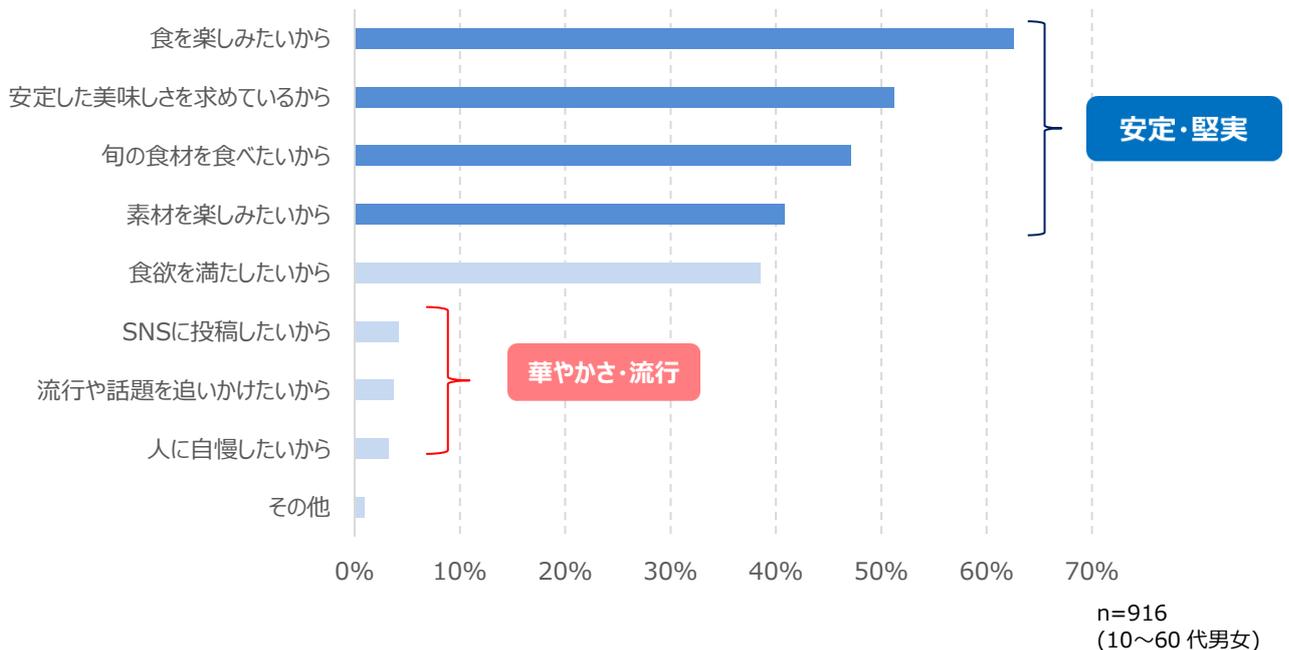


2. 1の回答理由としては「食を楽しみたいから」「安定した美味しさを求めているから」が半数以上に

「流行」「SNSへの投稿」を理由とした人はいずれも5%以下と少なく、「食の楽しみ」や「安定した美味しさ」を求めているからという回答がそれぞれ半数以上、「旬の食材」「素材」を食べたい、楽しみたいからという回答がいずれも4割以上となりました。食に対して華やかさよりも安定・堅実が志向され、地に足がついた“地味”な料理が人気を集めていることがうかがえます。



問1で回答したメニューを長く食べたい理由は何ですか (MA)

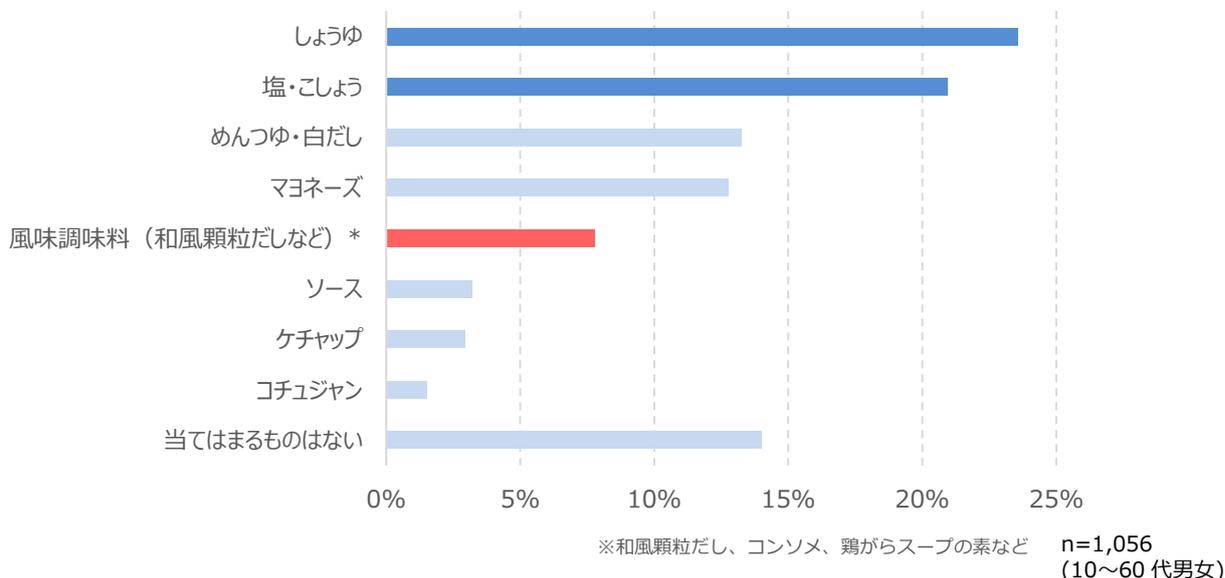


3. 最も好きな調味料ランキングでは、味付けのメインになる「しょうゆ」「塩・こしょう」が上位を占める一方で、料理に欠かせない影の主役調味料ランキングでは「風味調味料」が「塩・こしょう」に次いで2位に

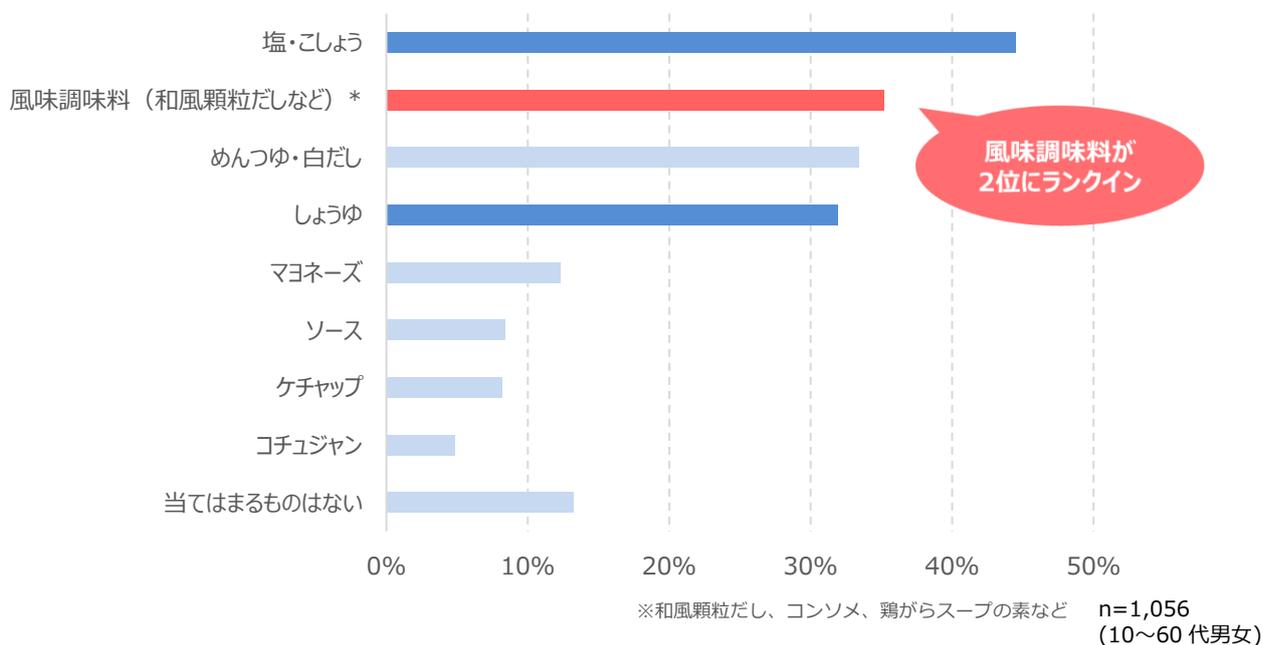
最も好きな調味料としては「しょうゆ」「塩・こしょう」と回答した人が多数を占めました。一方、影の主役の調味料ランキングでは「風味調味料」が2位にランクインしており、地味だが実は料理に欠かせない調味料として認知されていることがわかりました。



最も好きな調味料は何ですか（SA）



実は料理に欠かせない、影の主役の調味料は何ですか（MA）

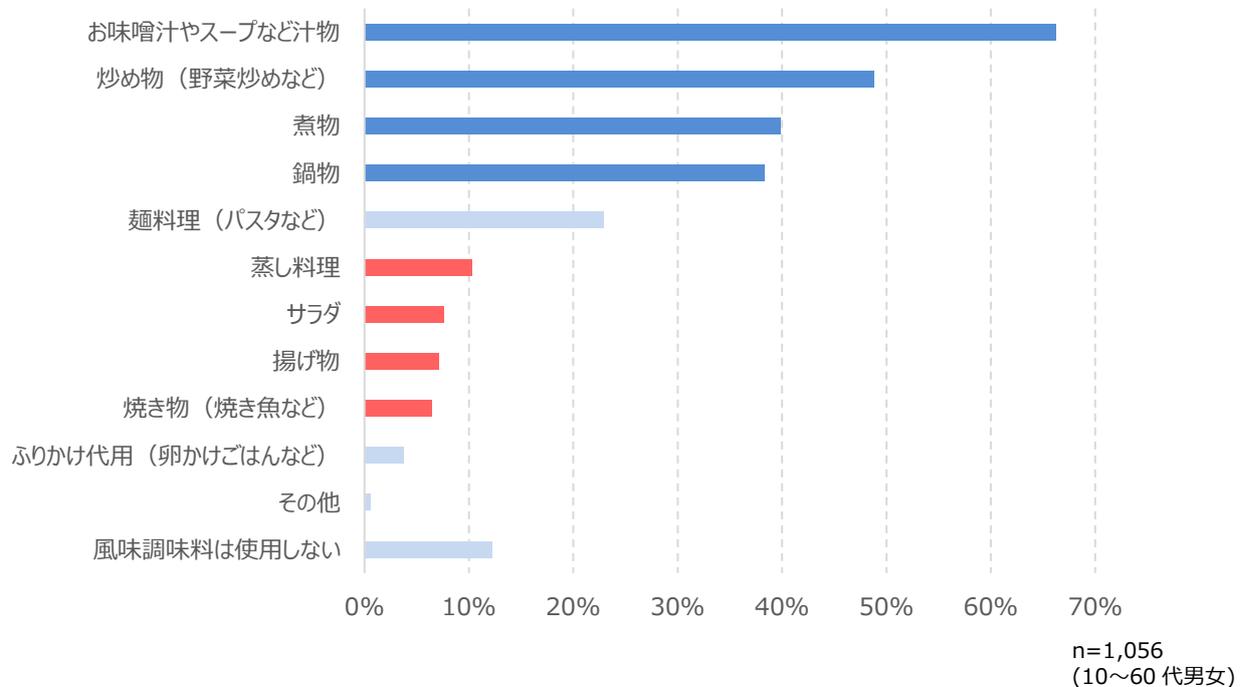


4. 風味調味料の用途ランキングでは「汁物」「炒め物」「煮物」などの定番料理が上位に

和風顆粒だしやコンソメ、鶏がらスープの素などを使う料理として最も多かった回答は「お味噌汁やスープなど汁物」で、以下「炒め物」「煮物」と続きます。一方で「焼き物（焼き魚など）」「揚げ物」「サラダ」「蒸し料理」などの回答は少なく、風味調味料に対して用途が狭いイメージがあることがうかがえます。



風味調味料（和風顆粒だし、コンソメ、鶏がらスープの素など）は どんな料理に使用しますか（MA）



料理研究家 もあいかすみ氏考案！風味調味料の可能性を広げる活用レシピ

風味調味料は、汁物、炒め物・煮物に使用している人が多いという調査結果でしたが、実は和洋中間わず様々なレシピに活用することができます。そこで今回新たに、料理研究家のもあいかすみ氏に風味調味料の意外な活用レシピを作っていただきました。



料理研究家・管理栄養士 もあいかすみ氏

栄養系の大学を卒業後、食品メーカーに就職。全国チェーンのレストランや量販店など、幅広い業態のメニュー開発を手がける。後、食品領域の広告プランナーとして勤務。忙しく働きながら自炊してきた経験と、管理栄養士の資格を生かして、料理家研究家として独立。Instagramで紹介している“働く人の為の簡単時短レシピ”が大好評！Instagramフォロワー数100万人。

材料4つ！？だしが決め手のチキンキーマカレー



▽材料(2人分)	
鶏ひき肉	…160g
玉ねぎ	…1/4個
ごはん	…茶碗2杯分
温泉卵	…2個
A「ほんだし®」	…小さじ2
Aケチャップ	…大さじ2
Aカレー粉	…大さじ2
Aはちみつ	…大さじ1
Aおろしにんにく	…小さじ1
A塩	…ひとつまみ
A水	…130ml
パセリ	…お好みで

- ▽作り方
- ①玉ねぎはみじん切りにする。
 - ②耐熱ボウルで①、ひき肉、Aを入れてよく混ぜる。ふんわりラップをしてレンジ600Wで6分加熱し、取り出して混ぜる。
 - ③ごはんに②を盛り付けて、温泉卵、お好みでパセリをのせる。

レンジで地味ウマ！豚ともやしのレモン重ね蒸し



▽材料(2人分)	
豚バラ肉	…100g
もやし	…1袋
レモン	…1/2個
青ネギ	…少々
A「味の素KKコンソメ」顆粒タイプ	…小さじ1
A塩・こしょう	…小さじ1/2

- ▽作り方
- ①耐熱皿に、もやし、豚肉を重ね、Aを振る。2回繰り返す。
 - ②ふんわりラップをしてレンジ600Wで5分加熱する。
 - ③レモン汁と青ネギをかける。

1人前60円で旨すぎ！丸鶏がらスープ馴染む・豆腐入りふわふわ卵豆腐



▽材料(2人分)	
豆腐	…150g(1/2丁)
卵	…2個
カニカマ	…30g
青ネギ	…適量
A「丸鶏がらスープ™」	…小さじ1
B「丸鶏がらスープ™」	…小さじ1
Bしょうゆ	…小さじ2
Bみりん	…小さじ2
B水	…100ml
片栗粉	…小さじ1

- ▽作り方
- ①豆腐は泡立て器で潰し、卵とAを加えて混ぜる。
 - ②耐熱容器に入れ、ふんわりラップしてレンジ600Wで2分蒸す。※足りない場合は30秒ずつ追加で加熱する。
 - ③耐熱容器にカニカマを割いて入れ、Bを加えて混ぜる。レンジ600Wで2分加熱し、取り出したら同量の水で溶いた片栗粉を加え混ぜてとろみをつける。
 - ④②に③を乗せ、青ネギをかける。

■風味調味料 製品概要



ほんだし®

内容量：40g袋/120g箱/300g箱
/450箱/600g箱/60g瓶/小袋4袋・
20袋/40袋/8gスティック7本入袋
/8gスティック14本入袋/8gスティック
26本入袋

価格：オープン



丸鶏がらスープ™

内容量：50g袋/55g瓶/110g袋
/200g袋/5gスティック5本入袋

価格：オープン



味の素KKコンソメ

内容量：固形5個/固形7個/固形
21個/固形30個/顆粒50g/顆粒
120g袋/顆粒スティック5本入袋/

顆粒60g瓶

価格：オープン

■味の素グループについて

味の素グループは、“Eat Well, Live Well.”をコーポレートスローガンに、アミノサイエンス®で、人・社会・地球のWell-beingに貢献し、さらなる成長を実現してまいります。

味の素グループの2022年度の売上高は1兆3,591億円。世界36の国・地域に拠点を置き、商品を販売している国・地域は130以上にのぼります(2023年現在)。詳しくは、www.ajinomoto.co.jp

をご覧ください。

【本リリースに関するお問い合わせ】

味の素(株)PR事務局(ビルコム内) 担当：阿部／荒木

TEL：03-5413-2411／070-3111-1956(阿部) FAX：03-5413-2412 MAIL：ajinomoto@bil.jp