

# 和食の基本は「五」にありました。



【酸味】

【切る】



【塩味】

【焼く】



【黄】

【うま味】

【蒸す】



【甘味】

【煮る】



【苦味】

【揚げる】

【五味】甘味、酸味、塩味、苦味、うま味  
【五色】青(緑)、黄、赤、白、黒  
【五法】切る(生)、煮る、焼く、蒸す、揚げる

「五味」「五色」「五法」という言葉を知っていますか？  
五つの味、五つの色、五つの調理法。  
それぞれが競い合ったり優劣をつけることなく、  
重なり合って調和を演出する。  
このチームワークこそが、

ユネスコ無形文化遺産にも登録されたおいしさの秘訣なのです。  
多くの人が日本を訪れる今年には、  
世界中の胃袋をつかむ大チャンス。  
あらためて調理の基本を知り、  
おいしいおもてなしでお出迎えしたいですね。

味の素(株)は、和食文化の輪を  
世界に広めるお手伝いをしています。

Eat Well, Live Well.

**Aj**  
AJINOMOTO.