

溺愛♡

出来合い
じゃなくて溺愛です!!

取材・文／大西虎男 撮影／森田晃博
デザイン／洪永愛（スタジオH2）

おとりよせ餃子!

「冷凍餃子を手抜き」といった声が問題となった今年。冷凍餃子はもう食卓のスタンダードです! 日本焼き餃子協会の小野寺理事長が全国から厳選した、絶品おとりよせ餃子をご紹介します。手抜きじゃない、本気の冷凍餃子をご紹介します!

手抜きじゃない、
本気だよ!



1年365日、餃子を食べ、愛する男

「餃子のおかげで、こんなに大きくなりました(笑)」
190センチの長身。餃子

柄Tシャツに身を包み、笑顔で

取材に応じてくれたのは、一般社団法人焼き餃子協会の代表理事・小野寺力さんだ。全国の美味しい餃子を厳選して紹介する「餃子ジョッキー(略してGJ)」の肩書も持つ。

「DJ(ディスクジョッキー)が大好きなレコードを回すように、GJはフライパンを回して、

自分のおすすめの絶品餃子を紹介します」(小野寺さん、以下同)

小野寺さんが餃子の深い沼にはまったのは今から〇年前の

こと。仲間と「餃子パーティーしよう」の軽いひとことからずべてがはじまった。

「いつのまにか参加者が50人になり、たくさん焼こうぜつてことになり1000個の餃子を全国から取り寄せました」

全国津々浦々の餃子との出会い。自分で焼く餃子の想像以上のうまさ。餃子を嫌いな人はいない、という気づき。小野寺さんはこのときから餃子にのめりこんでいった。

「そして餃子のコンプレックスを作りました。地元食材を使う、自分の子に食べさせたいものを作る」といった各地の作り手の声を、全国に発信したかった

んです」

餃子といえば宇都宮市や浜松市、宮崎市などが餃子タウンとして名高いが

「それだけじゃない。全国、どここの県にも老舗の餃子屋さんってあるんです。そういう小さな店を知ってほしくて」

小野寺さんにとって餃子とは?

「世界に伝えたい、誇るべき日本の文化です。おいしい餃子を、みんなにおいしく食べてもらいたい。これが僕の使命だと思っています」

フライパンよりまだ熱い男、GJ・小野寺さんの情熱セレクトをお楽しみあれ!

YORK YARK
GYOZA

一般社団法人
焼き餃子協会代表理事
餃子ジョッキー
小野寺力さん

1976年生まれ。しかけ株式会社代表。IT業界を経て、一般社団法人、日本焼き餃子協会を設立。「おいしい焼き方」、餃子の魅力を伝えるべく、イベント開催や多くのテレビ、ラジオに出演

1

北海道

天のびろく

手打ち餃子オリジナル
12個入り880円(税込み・送料別)

☎0123-25-5155
【製造工場】北海道千歳市
住吉2丁目1番6号 問合
せ時間／9:00～17:30
定休日／日曜・祝日・GW・
お盆・年末年始



\\ GJ小野寺's Point! //

「北海道産の小麦『春よ恋』を
手打ちで練った皮に、北海道の
豚肉や新鮮な野菜をジューシ
ーなまま包み込んでいます」

あきたこまち米粉と唐辛子、
ふきがコラボ!



\\ GJ小野寺's Point! //

「ピリ辛の赤餃子、緑色のふき
餃子、米粉と秋田味噌の白餃
子で三色の餃子。化学調味料
も使わず皮も手打ちと、こだ
わりがスゴイ!」

群馬県

金星食品

特撰生餃子
20個入り1080円(税込み・送料別)

☎0277-78-3046
【本社所在地】群馬県
太田市大原町107-1
※販売は「餃子の金
星ネットショップ」
[https://kinseifoods.
thebase.in/](https://kinseifoods.thebase.in/)

\\ GJ小野寺's Point! //

「餃子生産量が日本トップクラス
の群馬県で、大きさ、皮の厚さ、
肉と野菜のバランスが絶妙。い
くつでも飽きずに食べられます」



薄い皮とたっぷりの具
50年以上守った
秘伝の味



3

／食べよう!／
全国
なとりよせ餃子
10選!

「毎日食べても飽きません」
餃子を愛する男が
選んだ珠玉の10品!

道産小麦のもちもち皮と
肉汁いっぱいの餡

2

秋田県

餃天

三色餃子
48個セット4750円(税込み・送料込み)

☎018-831-6853
【店舗】秋田県秋田市広面蓮沼90-
1 営業時間／11:00～15:00、17:
00～21:00 不定休



1

熱したフライパンに
米油を「ちょっと多
いかな」と思うくらい
(大さじ2杯程度)を
回し入れる

1度火を切り、餃子
を並べる。おすすめ
は丸く、センターを
空けたスタイルが初
心者でも焼きやすい



2



3

沸かしたお湯を餃子
が半分かぶる程度に
注ぐ。24cmのフライ
パンで100ccが目安

ふたをして待つ。ふ
たは決して開けず、
音が「ジャー」から「パ
チパチ」に変わって
きたら火を止める



4



5

フライパンを少
し揺らしてさら
に水分をとばし、
皿をかぶせてひ
っくり返せば出
来上がり!



はじめに……

まずはフライパンを熱する。
水を少し入れ、底全体まんべ
んなく、すぐ蒸発する熱さに

POINT!



並べる際に餃子ひとつひとつの
底にしっかりと油を塗りつける
のが最大のポイントだ

南けるとう!

水分がほぼ飛んで、餃子のふち
が茶色く色づく



POINT!



少し残った油
と水分は、皿
で押さえるよ
うにしながら
切るという

燒き方POINT!

- 油は米油、フライパンは厚め。お湯も準備!
- 焼く前に水を入れ、フライパンの熱をチェック!
- 餃子の底は油をしっかりと塗るイメージで!
- 「パチパチ」音が焼き上がりの合図!
- ふたを開けたらフライパンをゆする!



これがあればOK!

サラダ油でも焼けるが、
匂いがあるので米油がベ
スト。フライパンは厚め
を選ぶと熱が冷めにくい

まずは知ろう!
究極の焼き方

「基本さえおさえれば
すべての餃子が
うま焼けます!」





8

ブランド豚と特製の
ブレンド味噌が合う!

山口県

餃子の福原

萩むつみ豚餃子

12個入り800円(たれなし・税抜き・送料別)

☎0836-55-5878

【店舗】山口県山陽小野田市日の出3-7-8 営業時間／11時～19時 不定休



\\ GJ小野寺's Point! //

「餡に絶妙に隠されたブレンド味噌が、豚肉や野菜の甘味を引き出し、他にない濃厚でありながら、すっきりとした旨味が溢れます」

香川県

たれ屋

クロワッサン餃子

50個入り2650円(たれ付き・税込み・送料別)

☎0877-85-8077

【店舗】香川県善通寺市吉原町2895-13 営業時間／10:00～17:00 定休日／土曜、日曜、祝日



\\ GJ小野寺's Point! //

「クロワッサンのようなサクサクな焼き目ともちもちとした食感を目指して、4種類の小麦粉をつかった皮が特徴。1年以上予約待ちの人気商品です」



10

付属のラードで焼くと
色よくサクサクジュワ～

宮崎県

餃子の馬渡

もっちり餃子

40個入り3150円

(ラード、たれ、ラー油付き・税込み・送料込み)

☎0120-014-163

宮崎県児湯郡 高鍋町北高鍋洗井5180 営業時間／16:00～20:30 火曜定休



\\ GJ小野寺's Point! //

「餃子の聖地とも言われる宮崎県高鍋町で53年続く老舗の餃子専門店。もっちり皮を付属のラードで焼き上げると、五感で美味しさを感じられる餃子に」

リピート率は約9割!
なんと4年待ちの逸品

9



餃子ポーズのGJに質問!

Q. 餃子は完璧!つけだれはどうする!?

A.「今回、紹介した餃子には、基本的にそのまま食べていくくらい味がついています。餃子と一緒につけだれを入れてくれる店もあり、またつけだれや自家製ラー油だけでなく、薬用のラードがついている店も。すべての餃子におすすめなのが「お酢だけ」。僕は京都・村山造酢の「千鳥酢」が大好き。意外なところでは洋がらが合います!『ハインツ』で、ぜひお試しを」



Q. 餃子といえばやっぱりピール一択?



A.「餃子を食べるときのお酒はやっぱり炭酸が合う! イマドキっぱいペアリングなら国産クラフトジンのソーダ割りなんてどうでしょう? 僕自身がいまハマっているのですが、全国の生産者の思いが詰まったジンソーダと餃子……間違いないと思います!」

富山県

ミッチャン餃子

ミッチャン餃子

12個入り600円

(たれなし・税込み・送料別)

☎076-438-5330

【店舗】富山県富山市中田1丁目11-1 営業時間／11:00～18:30 定休日／毎週月曜、火曜、第1・第3日曜



\\ GJ小野寺's Point! //

「ふんわりとした餡を噛めばシャキシャキとしてジューシー、少し懐かしい餃子の味が口の中に広がります。毎日食べたくなる味!」

約3週間持ちの人気商品
いっぱいの具が幸せ♡

5



京都府

ミヤコパンダ

パンダ餃子 レモン

30個入り3500円

(たれ付き・税込み・送料別)

☎0774-51-4088

【店舗】京都府宇治市宇治半白19-11 営業時間／11:00～18:00 定休日／日曜、月曜、祝日



一度食べたらくせになる!
レモンピールのほろ苦さ

7



東京都

おけ以

冷凍生餃子

24個入り1800円

(たれなし・送料全国一律600円・税抜き)

☎03-3261-3930

【店舗】東京都千代田区富士見2-12-16 営業時間／11:30～13:50 (L.O) 17:00～20:40 (L.O) 定休日／日曜日・祝日・第3日曜日



\\ GJ小野寺's Point! //

「ミシュランガイドにも3年連続掲載された、都内屈指の老舗。建築士が作る薄皮でニンニクを使わない、優しいけど深みのある味わい」

4



東京一の絶品餃子は
ただいま4～6か月待ち

三重県

ぎょうざの美鈴

美鈴の手延べ餃子

30個入り1600円(たれなし・税抜き・送料別)

☎0596-24-5743

【店舗】三重県伊勢市宮町1-2-17 営業時間／15:00～22:00 (L.O) 月曜定休



\\ GJ小野寺's Point! //

「よく練って寝かされたキャベツや白菜などからできた餡が、口溶けの良い手打ちの薄皮に包まれた、伊勢のソウルフードとも言われる餃子」

6

現在4～6か月
待ち!
地元食材のみ
の贅沢餃子

\\ GJ小野寺's Point! //

「袋を開けると、ふわりとレモンの香りが広がります。肉の甘味を感じる優しい味わいに、レモンピールの食感が楽しい餃子です」

