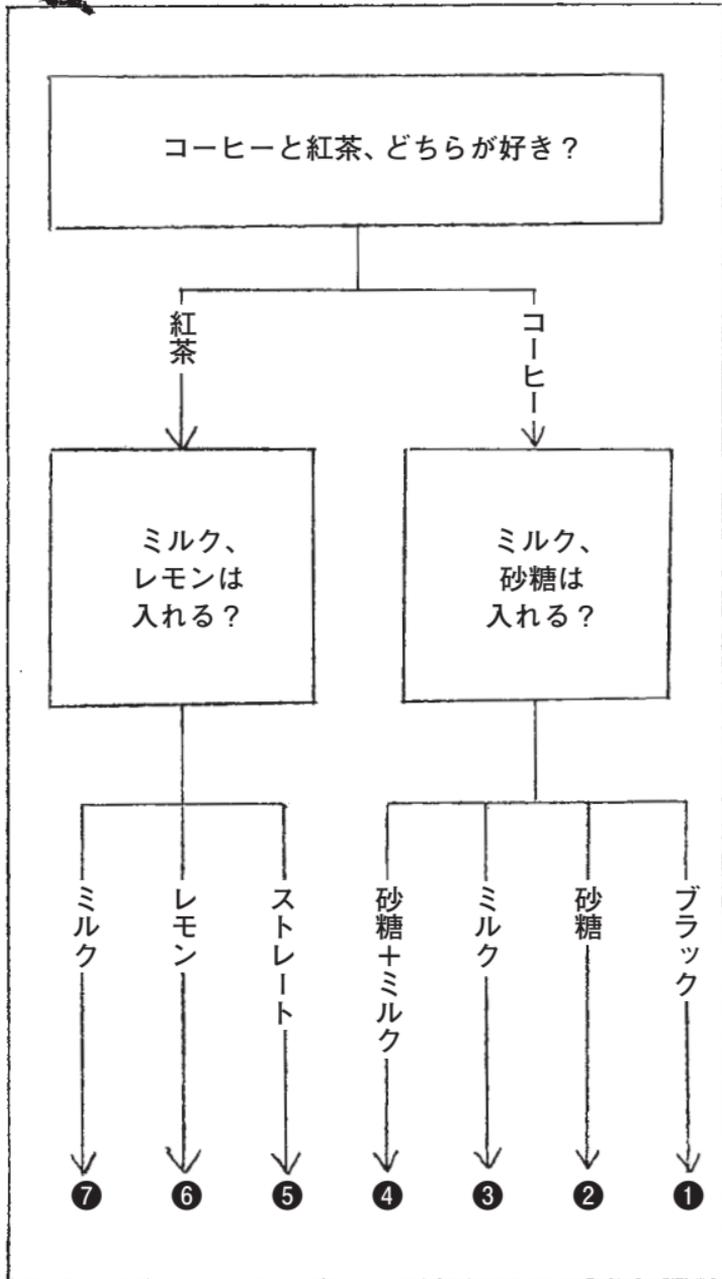


# 第 1 章

おいしい  
ワインの  
選び方

# Wine

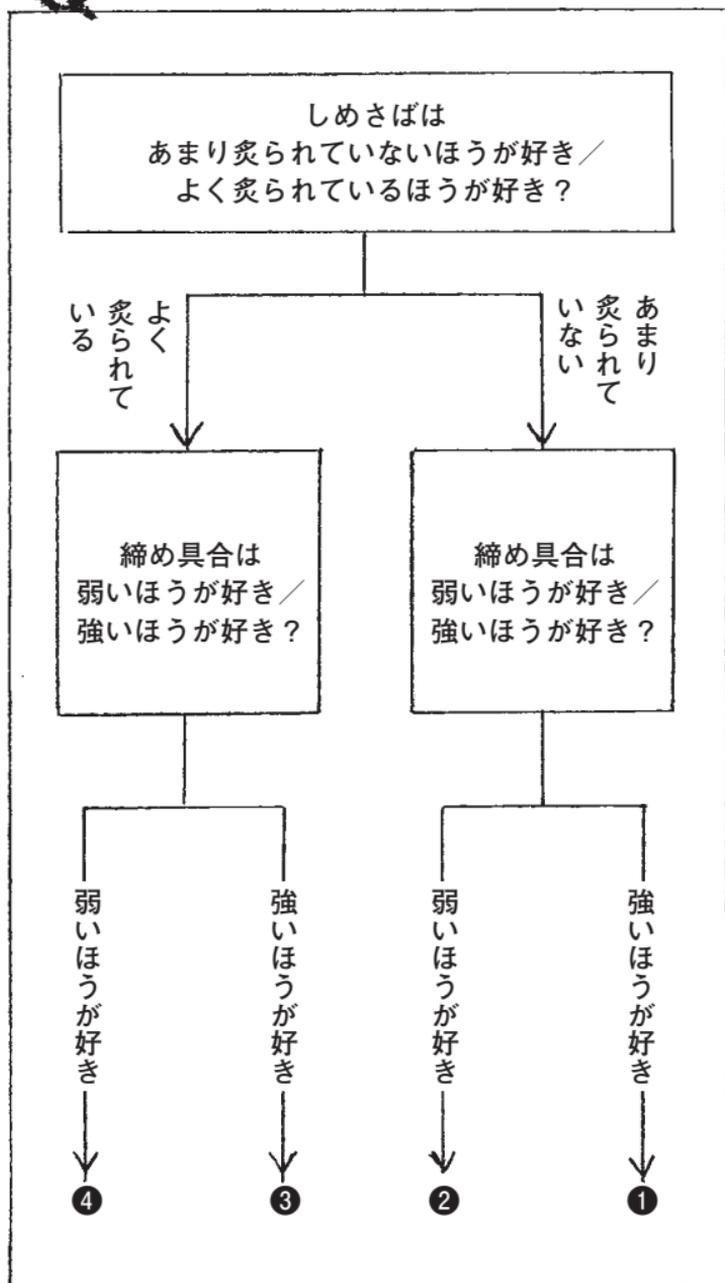


## コーヒーが好き

- ① ブラック……ポルドー系全般。旧世界のカベルネ・ソーヴィニヨン
- ② 砂糖……ニューワールドのカベルネ・ソーヴィニヨン、シラー
- ③ ミルク……温暖なニューワールドでつくられた果実味がしっかりしているワイン。テンプラニーリヨなど

## 紅茶が好き

- ④ 砂糖＋ミルク……とにかくジュシーで飲みやすいグルナツシュ、マルベック
- ⑤ ストレート……寒い地方（ブルゴーニュやドイツ）のピノ・ノワール
- ⑥ レモン……フレッシュなガメイ
- ⑦ ミルク……酸味が控えめなカリフォルニアのピノ・ノワール



**① 炙りが軽めで、締め具合が強い……辛口のリースリング**

強めの酸があなた好みのはず。「ミュスカデ」もハナマルです。

**② 炙りが軽めで、締め具合も弱い……樽を使っていないソーヴィニオン・ブラン**

ニュージーランドのソーヴィニオン・ブランはほとんど樽で熟成させないので、樽香が苦手な人は覚えておくといいでしょう。

**③ よく炙られていて、締め具合が強い……赤ワイン**

この両者を満たす白ワインは、どぎつく、バランスが悪くなりがちです。ここに辿り着いたあなたは、ズバリ赤ワインのほうが好きなのかもしれません。どうしても白ワインを飲みたいのであれば、自分の好みは無視して料理に合わせて。

**④ よく炙られていて、締め具合は弱い……樽で熟成させたシャルドネ**

カリフォルニアなどのニューワールドでつくられたコスパがいいものがオススメです。

# 一瞬で店員に好みを伝える魔法のフレーズ集

「○○(品種)みたいな○○(表現)なものが好きなんですけど何がいいですか?」

| (白)                       |                  |                     |                      | (赤)                     |                    |                    |                  |                  |                         |                  |                        |
|---------------------------|------------------|---------------------|----------------------|-------------------------|--------------------|--------------------|------------------|------------------|-------------------------|------------------|------------------------|
|                           |                  |                     |                      | 品種                      |                    |                    |                  |                  |                         |                  |                        |
| ゲヴェルツトラミネール               | ソーヴィニヨン・ブラン      | リースリング              | シャルドネ(樽熟成なし)         | シャルドネ(樽熟成あり)            | マルベック              | テンプラニリーヨ           | カルメネール           | メルロー             | シラー                     | ピノ・ノワール          | カベルネ・ソーヴィニヨン           |
| ライチのような、甘美な、トロピカルフルーツのような | フレッシュな、青々しい、爽やかな | スツキリとした、飲みやすい、シャープな | ミネラリーな、何にでも合う、すがすがしい | 樽を効かせた、クリーミーな、重厚な、マイルドな | 果実味豊かな、ジューシーな、色が深い | スパイシーな、陽気な、チャーミングな | シルキーな、まろやかな、こなれた | シルキーな、まろやかな、こなれた | 重厚な、スパイシーな、グラマラスな、パワフルな | 華やかな、いちごのような、上品な | 濃厚な、フルボディの、カシスのような、骨太な |



## 店員からも一目置かれる！ グラスワイン「最強モデルルート」

ここではひとつのお手本として、グラスワインの「最強モデルルート」をご提案したいと思います。「白」「赤」「白赤混合」で、5杯飲むルートを考えてみました（3杯で十分！ という方は★のついたものだけ頼んでみてください）。お酒単体で飲んでもおいしさが引き立ちますし、食事とも合うルートになっています。

この順番で頼めば、店員さんからも「おっ、わかってるお客さんだな！」と一目置かれること間違いなし。そして「軽→重」のセオリーに忠実なこのモデルルートどおりに飲んでみることで「あ、重いってこういう感じか」と味の変化に気づくことができますし、食事との相性もより実感しやすくなるはずです。

### ●赤のみを5杯

#### 1 杯目……ガメイ

ガブガブガメイ！ ジューシーで軽く飲めます。

#### ★2 杯目……ピノ・ノワール

繊細なピノは前半で味わってください。

#### ★3 杯目……シラー

オーストラリアのシラーだとよりジューシー！

#### 4 杯目……メルロー

メルローとカベルネはブレンドされているのが一般的。比率で4、5杯目の順番を決めてもかっこいいですね。

#### ★5 杯目……カベルネ・ソーヴィニヨン

ただし信頼できないお店ならシラーのほうが無難です。

## ●白のみを5杯

1杯目……スパークリングワイン

シャンパンだと理想的！ ご予算次第ですね。

★2杯目……ミユスカデ

キンキンにして、「とりあえずビール」の代わりに。

★3杯目……ソーヴィニヨン・ブラン

前菜から、メインの魚料理にも幅広く合う優等生。

★4杯目……樽を使ったシャルドネ

重たいシャルドネはクリームソースによく合います。

5杯目……ゲヴェルツトラミネール

食事と合わせづらい品種なので、デザートワインに！

---

白から赤に移るときは、ここまでのワインを組み合わせ「(スパークリング→) 軽めの白→重めの白→軽めの赤→重い赤」の順番で飲むと舌にも優しく、料理にも合わせやすくなります。

---

## ●白→赤5杯

★1杯目……スパークリングワイン

★2杯目……ソーヴィニヨン・ブラン (軽めの白)

3杯目……樽を使ったシャルドネ (重めの白)

★4杯目……ピノ・ノワール (軽めの赤)

5杯目……カベルネ・ソーヴィニヨンかシラー (重めの赤)

# 価格別ハズさない赤ワインリスト

| 赤                   | 商品名                                      | メインの品種               | 国       |
|---------------------|--|----------------------|---------|
| 1000円<br>～<br>1500円 | A カッシロ・デル・ディアブロ<br>カベルネ・ソーヴィニヨン          | カベルネ・<br>ソーヴィニヨン     | チリ      |
|                     | B コノスル<br>カルメネール                         | カルメネール               | チリ      |
|                     | C サングレ・デ・トロ                              | グルナッシュ               | スペイン    |
| 1500円<br>～<br>2000円 | D マルケス・デ・リスカル<br>ティント・レゼルヴァ              | テンプラニーリョ             | スペイン    |
|                     | E ペンフォールズ<br>クマンガヒル シラーズ                 | シラーズ                 | オーストラリア |
|                     | F カサーレ ヴェッキオ<br>モンテプルチアーノ・<br>ダブルッツォ     | モンテプルチアーノ・<br>ダブルッツォ | イタリア    |
| 2000円<br>～<br>3000円 | G カレラ・ピノ・ノワール<br>ジェンセン                   | ピノ・ノワール              | アメリカ    |
|                     | H アルバ・デ・ドムス                              | カベルネ・<br>ソーヴィニヨン     | チリ      |
|                     | I ルーデュモン ブルゴーニュ<br>バス・トゥ・グラン<br>キュヴェ・タガミ | ピノ・ノワール              | フランス    |

# 価格別ハズさない赤ワインリスト (ラベルイメージ)



- A** 1000 ~ 1500円  
 カシロ・デル・ディアブロ  
 カベルネ・ソーヴィニヨン



- B** 1000 ~ 1500円  
 コノスル  
 カルメネール



- C** 1000 ~ 1500円  
 サングレ・デ・トロ



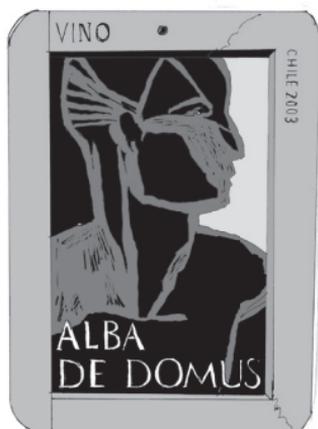
- D** 1500 ~ 2000円  
 マルケス・デ・リスカル  
 ティント・レゼルヴァ

『世界で一番わかりやすい  
 おいしいお酒の選び方』  
 山口直樹著、ディスカヴァー・トゥエンティワン



- E** 1500 ~ 2000円  
 ペンフォールズ  
 クナンガヒル シラーズ

- G** 2000 ~ 3000円  
 カレラ・ピノワール  
 ジェンセン



- H** 2000 ~ 3000円  
 アルバ・デ・ドムス



- F** 1500 ~ 2000円  
 カサーレ ヴェッキオ  
 モンテプルチアーノ・  
 ダブルツツォ



- I** 2000 ~ 3000円  
 ルーデュモン ブルゴーニュ  
 パス・トゥ・グラン  
 キュヴェ・タガミ

# 価格別ハズさない白ワインリスト

| 白                   | 商品名                                       | メインの品種          | 国            |
|---------------------|---|-----------------|--------------|
| 1000円<br>～<br>1500円 | A シュヴァルツェ カッツ<br>※複数メーカーあり                | リースリング          | ドイツ          |
|                     | B コノスル ヴィオニエ                              | ヴィオニエ           | チリ           |
|                     | C ジェイコブス・クリーク<br>シャルドネ                    | シャルドネ           | オーストラリア      |
| 1500円<br>～<br>2000円 | D ピーター・レーマン<br>リースリング                     | リースリング          | オーストラリア      |
|                     | E モスカート・ダスティ<br>※複数メーカーあり                 | モスカート・ピアンコ      | イタリア         |
|                     | F グレイス甲州                                  | 甲州              | 日本           |
| 2000円<br>～<br>3000円 | G ヒューゲル アルザス<br>ゲヴェルツトラミネール               | ゲヴェルツ<br>トラミネール | フランス         |
|                     | H クラウディ・ベイ<br>ソーヴィニヨン・ブラン                 | ソーヴィニヨン・ブラン     | ニュージー<br>ランド |
|                     | I ピエール＝オリヴィエ・<br>ボノム トゥーレーヌ<br>ヴァンクール・ブラン | ソーヴィニヨン・ブラン     | フランス         |

# 価格別ハズさない白ワインリスト (ラベルイメージ)



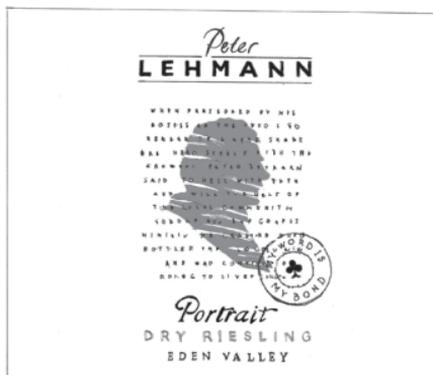
- A** 1000 ~ 1500円  
 シュヴァルツェ カッツ  
 ※複数メーカーあり。黒猫と  
 「SCHWARZE KATZ」の文字が目印



- B** 1000 ~ 1500円  
 コノスル ヴィオニエ



- C** 1000 ~ 1500円  
 ジェイコブス・クリーク  
 シャルドネ



- D** 1500 ~ 2000円  
 ピーター・レーマン  
 リースリング



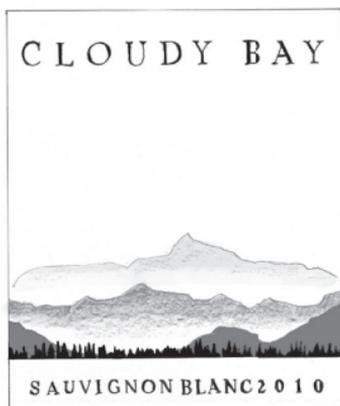
- E** 1500 ~ 2000円  
 モスカート・ダスティ  
 ※複数メーカーあり。  
 「MOSCATO D'ASTI」の  
 文字が目印



- F** 1500 ~ 2000円  
 グレイス甲州



- G** 2000 ~ 3000円  
 ヒューゲル アルザス  
 ゲヴェルトトラミネール



- H** 2000 ~ 3000円  
 クラウディ・ベイ  
 ソーヴィニヨン・ブラン



- I** 2000 ~ 3000円  
 ピエール=オリヴィエ・  
 ボノーム トゥーレーヌ  
 ヴァンクール・ブラン

『世界で一番わかりやすい  
 おいしいお酒の選び方』  
 山口直樹著、ディスカヴァー・トゥエンティワン

# おいしいお酒の選び方

# 1

## 好きな品種を見つける

**赤** コーヒーと紅茶どちらが好き?→70P

**白** しめさばはよく炙られている方が好き?→81P

# 2

## 自分で選ぶor店員さんに オススメを聞く

「○○(品種)みたいな○○(表現)なものが  
好きなんですけど何がいいですか?」

| 白           |              |                     |               | 赤             |               |            |             | 品種          |            |              |              |          |
|-------------|--------------|---------------------|---------------|---------------|---------------|------------|-------------|-------------|------------|--------------|--------------|----------|
| ゲヴェルトトラミネール | ソーヴィニヨン・ブラン  | リースリング              | シャルドネ(樽熟成なし)  | シャルドネ(樽熟成あり)  | マルベック         | テンプラニリーヨ   | カルメネール      | メルロー        | シラー        | ピノ・ノワール      | カベルネ・ソーヴィニヨン | 品種       |
| ライチのような、甘美な | フレッシュな、青々しい、 | スツキリとした、飲みやすい、シャープな | ミネラリーな、何にでも合う | 樽を効かせた、クリーミーな | 果実味豊かな、ジューシーな | スパイシーな、陽気な | シルキーな、まろやかな | シルキーな、まろやかな | 重厚な、スパイシーな | 華やかな、いちごのような | 濃厚な、フルボディの   | よく使われる表現 |

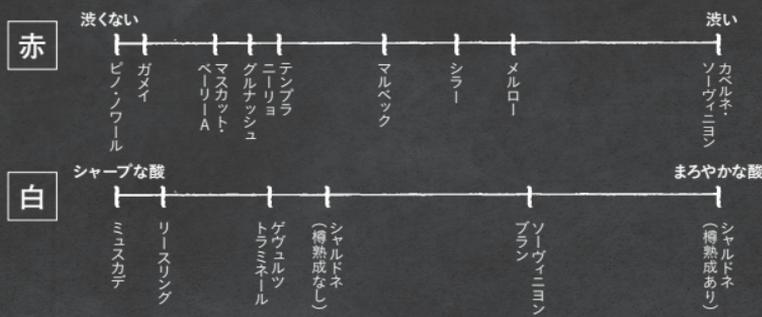
おいしいワインの選び方まとめ

# 3

慣れてきたら……

A:モデルルートに挑戦→108P

B:違う品種を試す→(下の図)



何を頼んだらいいかわからないときのお助けフレーズ

→「料理に合わせるならどんなものがいいですか？」

## ③ 宅飲み編

### ● 酒屋・輸入食料品店

【みんなで飲むなら】

**赤**

飲み慣れている人が多い → いかり肩ボトル  
(カベルネ・ソーヴィニヨンなど)  
飲み慣れている人が少ない → なで肩ボトル (ピノ・ノワール)

**白**

飲み慣れている人が多い → フランスのシャルドネ・ニュージーランドのソーヴィニオン・ブランなど  
飲み慣れている人が少ない → シュツとしたボトル  
(リースリングの甘口)

**泡**

予算多め → シャンパン  
予算少なめ → カヴァ (1000円台～)

【自分で飲むなら】

店員さんに相談する → 前ページ 2 に同じ

### ● スーパー・コンビニ

ハズさないワインリスト → 136P

『世界で一番わかりやすい

おいしいお酒の選び方』

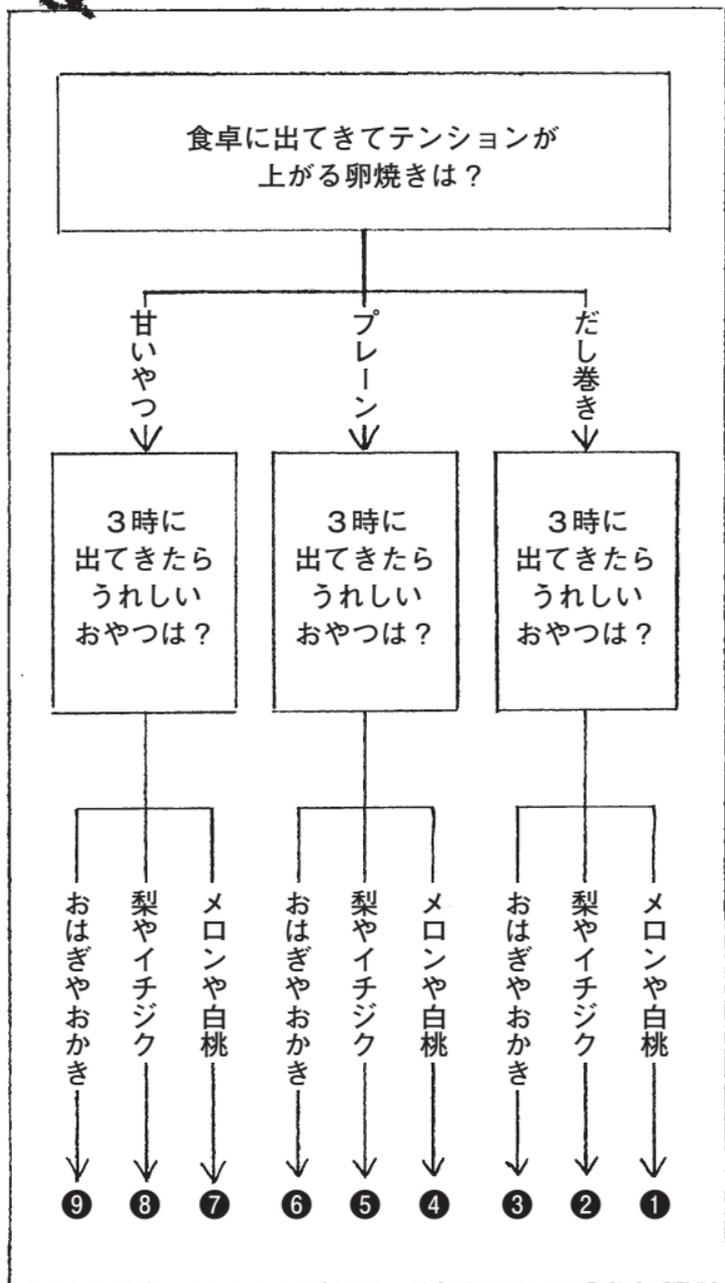
山口直樹著、ディスカヴァー・トゥエンティワン

# おいしいお酒の選び方

# 第 2 章

おいしい  
日本酒の  
選び方

# Sake





一瞬で好みを導くチャート [日本酒篇]

|   |                   | あなたの好みの日本酒 |     |      |
|---|-------------------|------------|-----|------|
| ① | 「無濾過生原酒」          | 羽根屋        | 謙信  | 花陽浴  |
| ② | 「すっきりした生酛・山廃」     | 一乃谷        | 遊穂  | 初孫   |
| ③ | 「熟成した生酛・山廃」       | 菊姫         | 天狗舞 | 開春   |
| ④ | 「(純米でも原酒でもない)吟醸」  | 八海山        | 菊水  | 黒龍   |
| ⑤ | 「本醸造」             | 久保田        | 萬寿鏡 | 南    |
| ⑥ | 「すっきりとした純米」       | 鶴の友        | 勝駒  | 景虎   |
| ⑦ | 「甘口の無濾過の生(原酒も含む)」 | 村祐         | 嘉山  | たかちよ |
| ⑧ | 「日本酒度がマイナスの純米酒」   | 奥能登の白菊     | 花柳界 | 真名鶴  |
| ⑨ | 「とろみのある熟成酒」       | 三笑楽        | 舞美人 | 達磨正宗 |
|   |                   | オススメの銘柄    |     |      |

〈特定名称酒〉

純米

源

日本酒の歴史は、  
純米酒から始ま  
りました。すべ  
ての源ですね。

純米吟醸

顔

その蔵を代表す  
る、名刺代わり  
のお酒です。

純米大吟醸

頂

その蔵のつくる  
酒のトップに君  
臨しています。

本醸造

爽

とにかくピリッ  
とサッパリ！

吟醸

香

吟醸の香りが鼻  
に抜けます。

大吟醸

薫

華やかな香りがブン  
ブン。蔵の技を結集  
させた造りなので、  
「術」と迷いました。

〈造り〉

生酒

果

果物のようにフ  
ルーティな香り  
が特徴的。

原酒

濃

とにかくコクを  
楽しむお酒です。

無濾過生原酒

超濃

もはや一文字では  
表現できず……。  
日本酒界のジョー  
ーカ！ですからね。

山廃&生酛

旨

「旨味ってどんな  
味？」と思ったら、  
こちらを飲んでみ  
ましょう。



## 酒匠・山口オススメ！ 「ハズさない名蔵元」リスト

好きな「造り」もわかったし、似たようなお酒も試した。たまには、もっと違った切り口からお酒を選んでみたい！ そんな方のために、最後に山口オススメの、ストーリーのある名蔵元をいくつかご紹介しておきましょう。

### ◎ 若い造り手の日本酒が飲みたい！

#### ① たからやま 宝山酒造 代表銘柄「宝山」 新潟県新潟市

「杜氏人生一筋」の功績が認められ、おうじゅほうしょう 黄綬褒章を授賞した名杜氏・青柳長市氏が醸す新潟の小さな銘醸です。そのバトンは、東京農大醸造学科を卒業し、他の蔵での修業を終えた次期蔵元・渡邊桂太氏へと引き継がれている最中。昔ながらの伝統的な造りを大事にするなかで、修業を終えた若者がどんな新しい風を吹き込めるか。近い将来が楽しみな蔵元です。

② <sup>あらかさ</sup>新政酒造 代表銘柄「<sup>ナンバーシックス</sup>No.6」  
秋田県秋田市

通称「No.6」や「ラピス」「エクリュ」など、ラベルがオシャレで飲み口が優しく、女性にも人気の銘柄が多い新政。現在30代後半の造り手（東京大学卒！）になってから蔵を改変し、新政酒造が発祥の酵母、六号酵母を復活させてすべて純米酒に変えました。「No.6」の6は「六号酵母」の6ですね。

◎ 地元の米や酵母を使う、  
こだわりの「地酒」が飲みたい！

③ <sup>わたなべ</sup>渡辺酒造店 代表銘柄「<sup>ねちおとこやま</sup>根知男山」  
新潟県糸魚川市

本書では米が日本酒に与える影響は大きくないと書きましたし、実際多くの場合そうなのですが、この渡辺酒造店は原料となる米づくりに徹底してこだわり、品種やヴィンテージごとの違いを明確に表現できている、数少ない蔵元です。こういう日本酒が増えれば、世界での日本酒の評価は一層上がっていくはずです！

④<sup>おぼた</sup>尾畑酒造 代表銘柄<sup>まのづる</sup>「真野鶴」  
新潟県佐渡市

佐渡の地元の風土を大事にしつつも、新酵母の採用や海外への情報発信など革新的な試みを続ける名蔵元です。なかでも、廃校になってしまった「日本一夕日が美しい」といわれる小学校を醸造施設に改築した「佐渡の学校蔵プロジェクト」は、まったく新しい酒造りの舞台として注目されています。

---

⑤<sup>ふみぎく</sup>富美菊酒造 代表銘柄<sup>はねや</sup>「羽根屋」  
富山県富山市

「すべてのお酒を大吟醸と同じように醸す」をコンセプトに、妥協のない酒造りを続けています。その味わいを一口確かめてもらえれば、ひとつひとつの手作業が大切にされていることが、きっと伝わるはず。日本酒は冬場だけ仕込む「寒<sup>つく</sup>造り」が一般的なのですが、この蔵では1年中酒づくりができる「四季醸造」を実現しました。作業を四季に分散させているからこそ、ひとつひとつのお酒を無理なく丁寧に仕込むことができるのでしょう。

◎ 「旨味」の強い日本酒が飲みたい！

⑥ <sup>みかわ</sup>美川酒造場 代表銘柄「<sup>まいびじん</sup>舞美人」  
福井県福井市

すべてのお酒を、いまでは見かけることの少なくなった昔ながらの「<sup>わがま</sup>和釜」で蒸し、伝統の「<sup>きぶね</sup>木槽」で搾ることにこだわる蔵元です。しっかりと旨味の酸が出るため、好き嫌いがはっきりと分かれていますが、一度このお酒の魅力にはまると他のお酒が物足りなく感じる「ヤミツキ感」があります。

◎ 山口の「個人的オススメ」を飲みたい！

⑦ <sup>むらゆう</sup>村祐酒造 代表銘柄「<sup>むらゆう</sup>村祐」  
新潟県新潟市

山口一押しです！ 「何も先入観を持たずにお酒を楽しんでほしい」という思いから、原料米、精米歩合、分析値などを一切非公開にしている蔵元。精米歩合が非公開のため、「特定名称」を名乗ることはできませんが、それでもあえて味だけで勝負したい、という強いポリシーをもってお酒づくりに励んでいます。とくにバランスのとれた無濾過生原酒は、ぜひ一度試していただきたい逸品です。

1

## 好きな造りを見つける

卵焼きと3時のおやつは何が好き?→173P

2

## 自分で選ぶor店員さんに オススメを聞く

(以下の175Pの結果より)

「○○とか好きなんですが何がいいですか?」

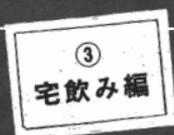
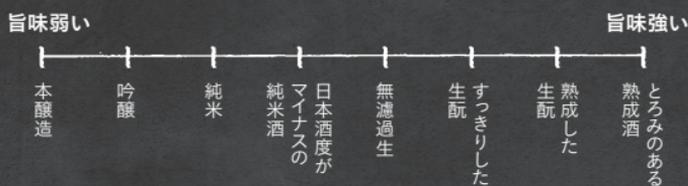
あなたの好みの日本酒

- ① 「無濾過生原酒」
- ② 「すっきりした生酏・山廃」
- ③ 「熟成した生酏・山廃」
- ④ 「純米でも原酒でもない」吟醸
- ⑤ 「本醸造系」
- ⑥ 「すっきりとした純米」
- ⑦ 「甘口の無濾過の生(原酒も含む)」
- ⑧ 「日本酒度がマイナスの純米酒」
- ⑨ 「とろみのある熟成酒」

# 3

慣れてきたら……

- A:モデルルートに挑戦
- B:山口オススメを試す→226P
- C:隣りのものを試す(下図より)



## ● 酒屋

→前ページ 2 と同じ

## ● スーパー・コンビニ

- 1:ラベルに米の名前が大きく書いてあるお酒
- 2:1000円前後の大吟醸系
- 3:値段の安い灘・伏見のお酒

↓  
**NG!**

迷ったら、「八海山」「吉乃川」「玉乃光」が正解!