

7割近い人が、「ボリュームサンドを食べたい、作りたい」

「くずれない?」「こぼれない?」心配なのは〇〇するとき。

上手に作るポイントは、ラップ使いにあり!

SNSなどで話題の「ボリュームサンド」。「沼サン」「わんぱくサンド」といった名前でも親しまれているボリューム満点のサンドイッチが、注目を集めています。そこで「オレンジページくらし予報」では「ボリュームサンドに関する調査」を実施いたしました。実際に作ったことがある人は13.1%にとどまるいっぽう、7割近い人が「食べたい、作りたい」と思っているということが判明。作ってみたいと思う理由や、作るとしたら心配なこと、また実際に作っている人が工夫しているポイントなど、ボリュームサンドにまつわる実情をレポートします。

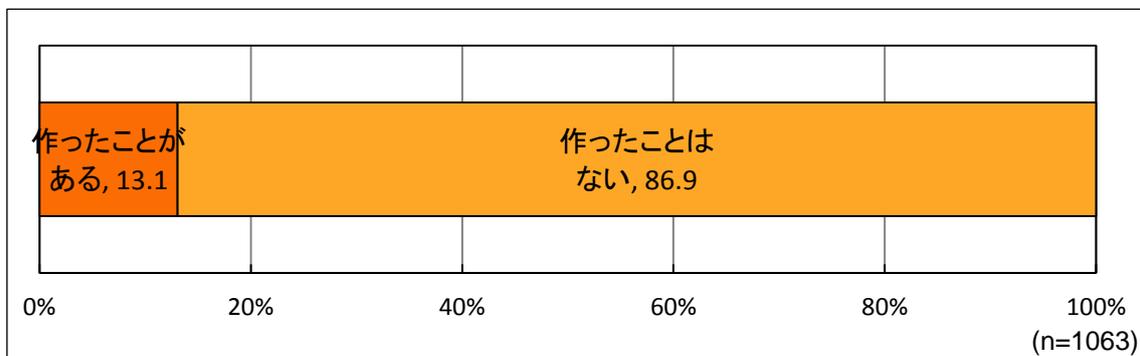
【ダイジェスト】

7割近い人が「ボリュームサンドを食べたい、作りたい」と回答!

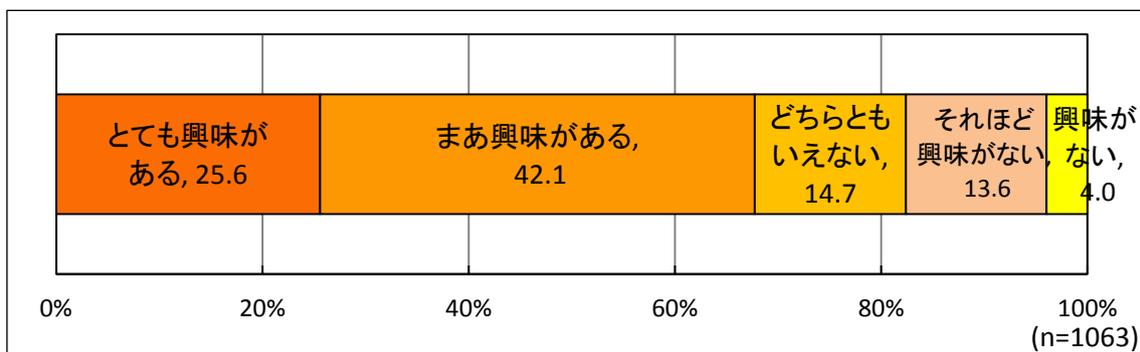
具が「くずれない?」「こぼれない?」特に〇〇するときに心配。

作っている人が工夫していることは?上手に作るポイントは「ラップ使い」にあり。

Q 「ボリュームサンド」を作ったことがありますか?



Q 「ボリュームサンド」を食べたい、作りたいと思いますか(興味がありますか)?

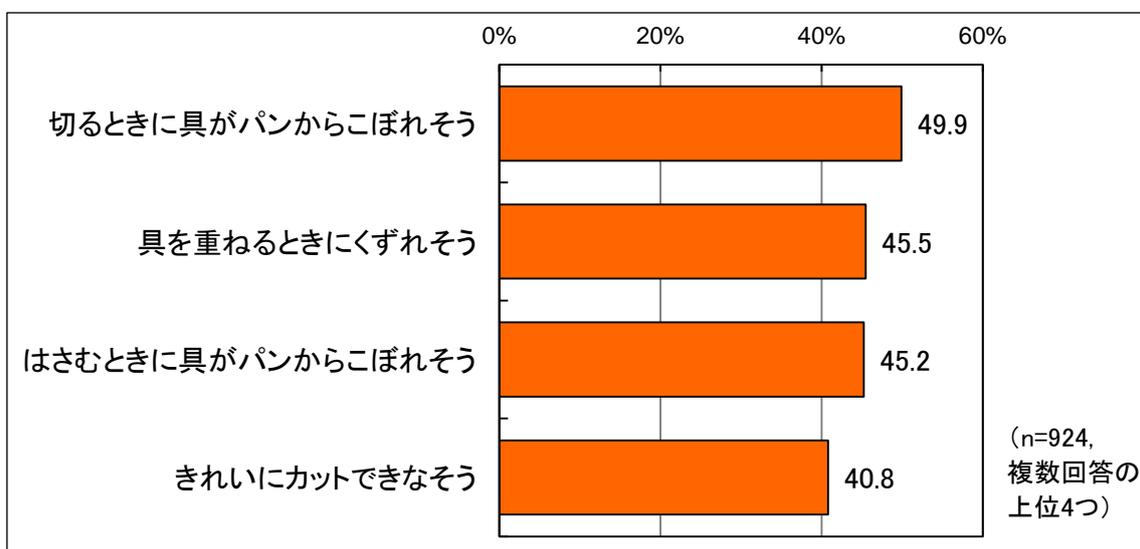


7 割近い人が「ボリュームサンドを食べたい、作りたい」と回答！

SNSなどで盛り上がっている「ボリュームサンド」。じつに67.7%の人が「食べたい、作りたい(興味がある)」と回答するなか、実際に作ったことがある人は13.1%にとどまるという結果に。興味はあるけど作ったことがない「初心者さん」がほとんどであることがわかりました。

作ってみたい理由の上位3つは、1位「具たくさんで、一品で食事として成り立つから」45.8%、2位「好きな具をたくさん入れられるから」42.2%、3位「野菜がたくさん食べられるから」32.3%。ボリュームサンドひとつあれば、栄養面でも、味やボリュームの面でも満足感を得られることが魅力のようです。魅力という点では、すでに作っている人から「見栄えがよくて喜んでもらえた」(20代・学生)「食卓に出したときの歓声が違います!」(30代・パート)「男の人でも食べごたえを感じてくれる」(30代・パート)などの声が寄せられました。おいしさや食べごたえ、栄養バランスのよさはもちろん、華やかな見た目も魅力なボリュームサンド。トライしてみる価値は充分にありそうです。

Q 作るとしたら心配に思うことはありますか？

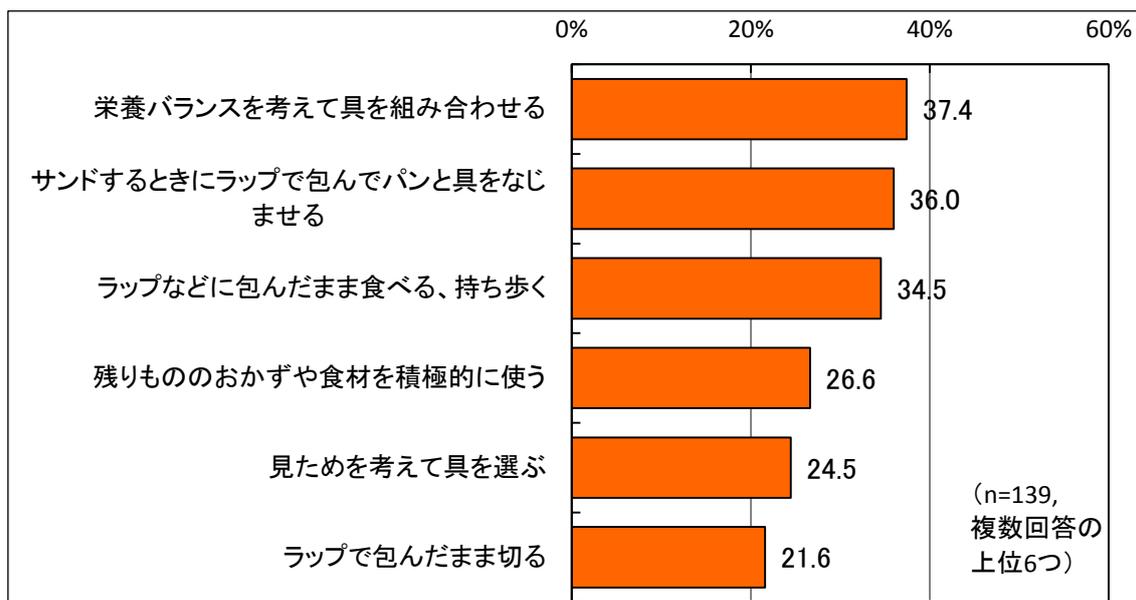


具が「くずれない?」「こぼれない?」特に〇〇するときが心配。

「作ったことがない」人に、作るとしたら心配なことをたずねたところ、具を「切るとき」「重ねるとき」「はさむとき」に、こぼれたりくずれたりしないか心配という人が多数。同時に、ボリュームサンドについて知りたいこととして、「具をたっぷりはさむコツ」(30代・専業主婦)、「きれいに切る方法」(40代・パート)などの声があがり、たくさんの具を、どうやって、うまくはさんできれいに切るか、というのが最大の関心事であることがわかりました。

また、作り方の疑問に加え、「おいしい具の組み合わせを教えて」(20代・学生)「切ったときに見栄えのするはさみ方は?」(40代・専業主婦)といった、味や見ためについて知りたいという声も。「おいしく、彩りのよい具材を、いかにきれいにはさんでカットするか」がボリュームサンド作りの課題と言えそうです。

Q ボリュームサンドを作るときや食べるときに工夫していることはありますか？



作っている人が工夫していることは？上手に作るポイントは「ラップ使い」にあり。

それでは、すでに「作ったことがある」人は、どのようなことを工夫しているのでしょうか。

具の選び方としては「栄養バランスを考えて具を組み合わせる」37.4%、「残りもののおかずや食材を積極的に使う」26.6%、「見ためを考えて具を選ぶ」24.5%という結果に。栄養や見ためのバランスを考えながら、キッチンにある材料を上手に活用するのがポイントのようです。

作業的なことでは「ラップで包んでパンと具をなじませる」36.0%、「ラップなどに包んだまま食べる、持ち歩く」34.5%、「ラップで包んだまま切る」21.6%といった回答が。たく

さんの具をパンではさんだら、しっかりとラップで包み、パンと具をなじませてから、ラップで包んだままカットするのがコツのよう。ラップを活用することが上手に作るポイントと言えそうです。

サランラップ®でおなじみの旭化成ホームプロダクツ株式会社（東京都・千代田区）では、ボリュームサンド作りにサランラップ®を活用することを提案中。丈夫でハリ・コシがあり、ピタッと密着するサランラップ®は、ボリュームサンド作りに最適。たくさんの具をはさんだパンをしっかりと包むことができ、切るときもスパッと包丁が入ります。食べる時、持ち歩くときも、ピタッと密着するサランラップ®で包めばくずれにくく、たくさんの具をこぼさずにきれいに食べられます。また、パンの乾燥を防ぐのも嬉しいところ。ボリュームサンド作りの心強い助っ人と言えそうです。

Sponsored by 旭化成ホームプロダクツ株式会社

アンケート結果概要

●調査対象：オレンジページくらし予報モニター会員・国内在住の女性（有効回答数 1063人）

●調査方法：インターネット調査 ●調査期間：2016年4月7日～4月12日

●「オレンジページくらし予報」について

オレンジページくらし予報とは、オレンジページ社のモニターのなかでもアクティブな会員1万人の声を集めたリサーチ・コミュニティです。当社のモニターには、〈一般女性よりも「食意識」「生活全般に対する意識」が高い〉という特徴があります。くらし予報では、20代後半から50代の生活者が感じていることを引き出します。食意識を軸に対象者を6つのタイプに分類し、調査、比較検討することも可能です。WEB上でのアンケート調査、キッチンスタジオ「オレンジページサロン」を利用した座談会など、ご相談に応じて展開いたします。

●『オレンジページ』について

失敗なくおいしく作れるレシピ情報が支持され、今年創刊31周年を迎えた生活情報誌。30代～40代の主婦を中心に幅広い読者層を誇ります。発行部数＝336,755部（2015年印刷証明書付発行部数）。

この資料に関するお問い合わせ

株式会社オレンジページ

コトデザイン部 くらし予報担当

kurashi@orangepage.co.jp Tel. 03-3436-8418

<http://www.kurashi.orangepage.jp/>

取材お申し込み

株式会社オレンジページ 広報部 遠藤

press@orangepage.co.jp Tel. 03-3436-8421