

年があらたまり、すべてが生まれ変わる感覚は、お正月だけのもの。まっさらな雪の上に、そっと足跡を付けていくように、一足ずつ。

Sachiko / 料理愛好家
都内で料理教室を主宰。
情報誌へのレシピ提供等行っている。
ブログ「常在厨房」
<http://sachiko-table.sblo.jp/>

お年玉のししぽ?

落語にも出てくる見世物に、「命の親」というのがあったそう。木戸銭を払って、小屋の中に入ると、井に山盛りのご飯が一膳。それだけ。見物人は「だまされた」と騒ぐけれど、小屋の人間は涼しい顔。確かに、ご飯は命の親で間違いない。何を食べるかは変わっても、食わずには生きていけない。

親子関係の始まりは、食べさせること。哺乳類というくらいだから、まずは乳を与えられ、次第に自立していく。米を美味しいと思うのは、いくつくらいからなのか。昨今の米事情には、米だけにとどまらない、食全体の大きな変化を感じさせるものがある。赤ん坊が自分から、ジャンクフードを選ぶとは思えないから、そこには親の選択が働い

ている。中年が、わが身のメタボの元凶は、さては親の躰であつたかと、嘆くのも無理からぬこと。とは言え世の中物にあふれて選び放題。水は低い方へ流れ、人は楽な方へ、簡単な方へ流されていくのも世の流れ。そこに歯止めをかけるのは自分の意思ひとつ。

新しい年に、気分一新。自分の食べるものを、見直してみても。片付けについての本がベストセラーになった。この本を契機に、家の中を整理したという人も多いようだ。食にまつわることも、片付けが必要ではないか、と思うようになった。世界中の料理を食べてみたいという欲望、現実のものにするのも不可能ではない時代。しかし、その欲望が台所に物を増やす元であり、健康を損なう原因にも

なっていないか? 胃袋もまっさらな状態にリセット。日本人だということを忘れそうな食卓を、もう一度見直すには正月はいい機会ではないだろうか。豊かな食生活を一度満喫した日本人。だからこそ、もう一度見直してぜい肉をそぎ落とした、新しいシンブルな食を始めることもできそう

だ。

真っ白なTシャツにジーンズ。それが一番のおしゃれ。だとしたら、一番のご馳走って何だろう。本当の意味で、自分が、胃袋が、体が求めて、ときめく食。記憶の中にある、一番美味しかったもの。意外とそれは、世に言う豪華な食事とはかけ離れているものだ。子供が育ち、あの時食べたアレ、美味しかったというアレ。もう一度探してみたい。

長えお年玉

ネギが嫌いなあなたにだけ、

今宵一盃ネギが美味しいお年玉が即。

白いとこだけオリーブオイルで

焼いて、塩をパラッと。

レモンを絞って冷ましておいて。

食べるときに、4cmくらいに

切って盛り付けておくと便利なの。

冷蔵庫に入れておくとも便利なの。

いらで参りたらご馳走になるよ。



地吹雪鍋

貰えてゐる？、三弘入りの鍋っゆに。

白いまのはかりへきて、何が入って
 いるのかあからないう
 全同。

豆乳とカツオだし、芋々を温めて、白菜の白い軸を先に煮こきりておく。

あゝ火加減に気を付けて。ケテケテは駄目。

フツアツくらいでないと分離しますよ。

三、腐、ネギの白りとこ、そのま草、

冬なりてはのタラの白子、春發して柳立、白滝、

冷凍ミートや餃子なんかも美味しいよ。

おちびさんも喜ぶし。

あめやあきはあき
あきやあきはあき

アルコールに柚子エッセンスを入れたのが、

この五節は美味い。

又
は
ヤ
ッ
は
リ
雄
吹

餅も入れちゃう？

豆乳とお豆腐でもう一つ。

○ 29-11-2016

あなた考えて。

小さめの井に、豆腐を四分の一丁。

豆乳をいぶき入るに注意。

レンジで2分くらい温めて、

食べる時にお醤油をひとたらし。

この本も柚子胡椒が合いますよ。



薫のサレダ

軸は3cmぐらゐ残しておいてね。

皮をむいて、大きな平皿の上で、

スライサーを便に落切りにして。

オリーブオイルと塩とモン汁を

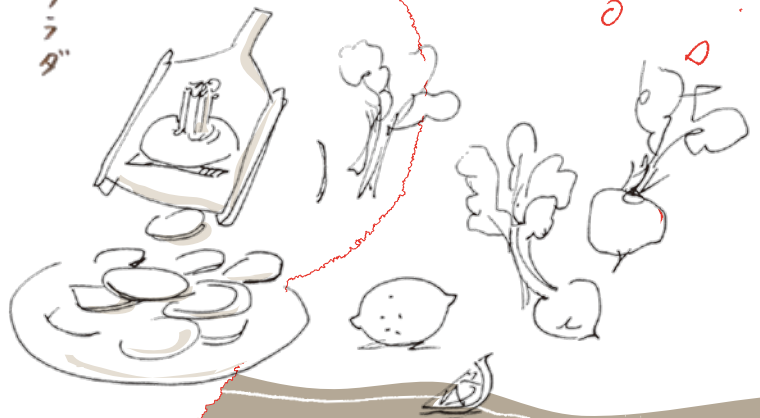
かけとおに無い。とあつたよ。

物を残すのは、スライスする時の

♪まなのお。手を切らないでね。

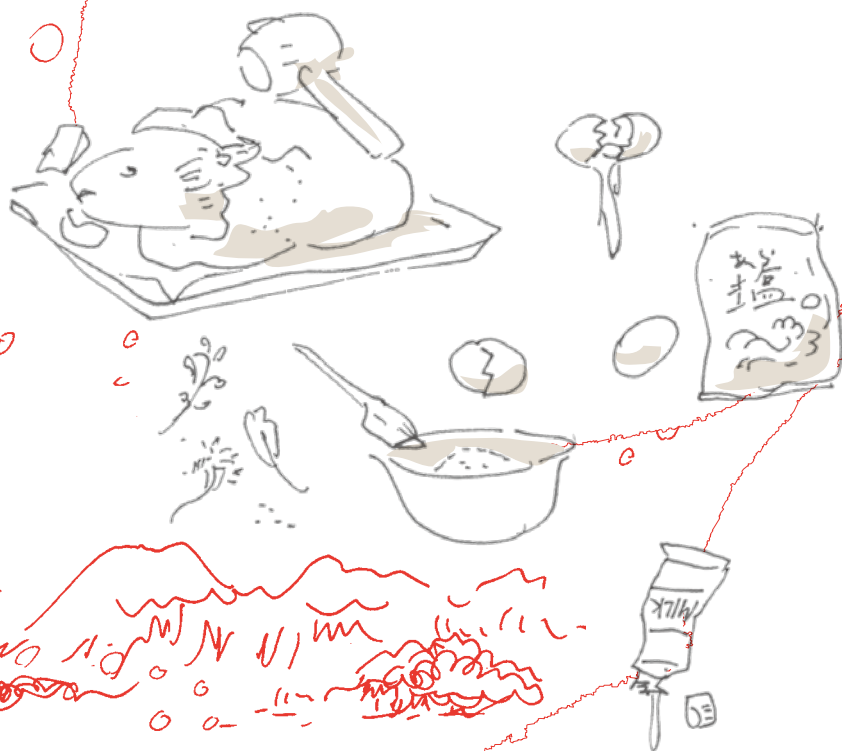
問題でしよう

田島七代め之二石二島。



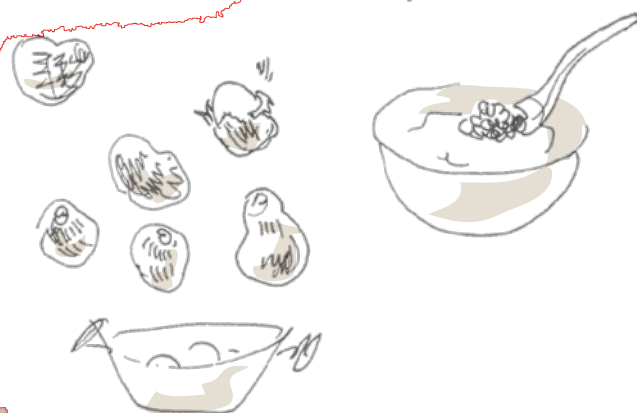
塩釜燻王

燻王の作る塩釜燻王は、インパクトあるよ。
塩の塊を食べさせるのがおもしろい。なんでも
周りのお塩は食べないよ。木槌で
パカッと割って、お塩を食べしよ。木槌で
炭釜に卵白を混ぜ、お塩を食べしよ。
お塩を食べしよ、オリーブで燻王を食べしよ。
1時間はかかるかな。
でも、作業は簡単よ。
燻王の塊のお塩を使うと、エーゼス
（前に牛タンで作った）が
美味しうたけ、高くでねえ。
燻王は皮をハズして食べしよ、
塩釜が和らぐ。お塩はストリートに
なるから、ハーブで食べしよ。



里芋のお汁粉

お汁粉と言っても、ちよっとイメージが
違ふかな。里芋を柔らかくササゲで、漬したり、
コンフィとミルクの甘味を付けてお。こんな一品、
お塩をくらい入らないと、甘くなりませんよ。
そこに小豆餡を乗せて、お塩を食べしよ。



おいしい季節になりました。



豆乳鍋に

あったか湯豆腐

焼きたてのパンに

こたつで
スイーツ

熱燗のおともに

こだわりの職人たちが丹精こめてつくる味な逸品。

清流庵

山形県寒河江市字下河原 76-1

TEL 0120-68-8156

URL <http://seiryuan.jp>

営業時間／午前 10 時～午後 5 時

定休日／毎週水曜日

お父さんの自信作

一人でおいしく、ごきげんだった。

しらすおろし

大根としらすを

混ぜるだけ。

笑っちゃダメよ。

ホワイトは一本の

大根の真ん中

あたりを使うこと。



もうひとつ、

カレーやチリに

お好みで醤油をかける

と、お好みで

ごま油を。



甘漬餅もちる

と、うのも得意な技。

切ると絶対に美味しい！

と、うな。

