

# ミニデイ【おとこの台所 桜新町だより】

発行責任者 桜新町広報: 柏木君夫、岡元正史

食中毒の時期。

肝心は、包丁とまな板を清潔に保つこと。

まな板は、できたら熱湯消毒。

さらに包丁とまな板は、肉、魚の生用と、それ以外の野菜など用に使い分けたら、完璧だとか。

さて、7月の台所で美味しく戴いた食材です。

英語名：Taro、フランス語名：Taro。

たぶん、イタリア語、スペイン語でも同じ言葉でしょうか？

勘のいい方は、おわかりでしょう。

「里芋」です。



原産は、東アジア。

日本では、縄文時代から食べていたそうです。

大は、我が家ではお正月のおせちでしか食べない、八つ頭。

おでんに、えび芋。

小は、きぬかつぎ。

日本三大芋のあとの、ふたつ。

じゃがいも＝ペルー原産で、当時オランダ領だったジャワ島経由で、1598年、日本に来たとのこと。

さつまいも＝1700年代、沖縄を経由して、薩摩＝鹿児島に到着した新参者。

あと、里芋の葉の茎は「ずいき（芋茎）」と言って、美味しくいただきます。

朝の味噌汁に入れて、あの、ツルツとした食感がたまらないですね。

「肥後芋茎」というものも、ありますが。

こちらは、夜の秘めた世界なので（失礼）。



## 活動記録 2018年6月

7月5日（木） 定例会 メンバー17名出席

7月13日（金） 定例会 メンバー13名出席

## 7月のメニュー

里芋と手羽中の煮ころがし  
コキール（鶏とマッシュポテト風味）  
夏野菜の温サラダ  
エリンギの洋風炊き込みご飯

## 「コキール」って何さ？

語源はフランス語の「コキユ」、貝殻という意味だそうです。ホタテの貝殻とか貝殻をかたどった器に盛り付けた料理をコキールと呼ぶようになったということです。

代表的なコキールは、エビ、カニ、貝柱、鶏肉など味の淡白なものに野菜を加えて下処理してホワイトソースなどで和え、パン粉やおろしチーズ、溶かしたバターなどを表面に載せて天火で焼き目を付けて仕上げます。貝殻の縁にマッシュポテトを飾るのもポピュラーなようです。



## 8月の予定

8月 8日（水） 納涼会  
於 中華カフェ「ルマン」（三軒茶屋）  
※定例会はお休みです。