

おとこの台所・中町だより



今後の予定

10月	4日 (金)	深沢区民センター
10月	13日 (日)	同上
11月	1日 (金)	同上
11月	17日 (日)	同上



9月のお料理は、

左下より時計回りで

- キノコとエビの炊き込みご飯
- オクラとイカのピリ辛和え
- スペアリブのビール煮
- 油揚げ、キノコ、ネギの味噌汁



■ 板ずり

料理では時々、聞き慣れない用語が出る。9月の料理に、オクラを使ったメニューがあった。独特のネバネバ感と、断面の星型が印象的で、しかも緑あざやかなのがいい。このオクラを調理するのに、表面の細かい毛を処理するのが、板ずりという技を使うとのこと。

オクラの表面に、塩を軽く振り、その後、まな板の上で、オクラを手で抑えて転がして行くと、うぶ毛がきれいになるというのだ。男性にとって、毛が抜けるとかいう言葉は、タブーに近いのだが、ま、野菜の毛なら、なんとなく許せる対象だ。早速やってみる。

塩をふったあとのオクラをまな板の上でコロコロ転がしてみると、

あら不思議、表面がツルツルになっているのではないかと。塩を振っているから、塩味がついてちょうどいいかなと思っていたら、水で洗い流すというのだ。

何かもったいない気がする。こんな技を教えてもらったので、家に帰って女房に「板ずり」知っている？と質問すると、知っているけどやってない、やらなくても食べられるとのご託宣である。それを聞いて、それなら俺がやってみると言うので、オクラなら昨日食べちゃってないわよの一言。このままでは、オクラを扱うのに、お蔵入りとなりそうだ。(高橋裕二)



■ 新人紹介

山田哲郎

(ヤマダテツロウ)

居住地:深沢5丁目

出身地:福井越前市

「辛味大根おろし蕎麦」好きの75歳です。



いい仲間がいて、シンプル料理とお酒のあるゆったり時間が何より喜びです。

前回の初参加で、包丁を持つのは久しぶりでドキドキが新鮮でしたが、皆さんの料理の手順や技を盗み学びながら、「おとこの台所」で交流を深められたら幸せです。

趣味は焚き火でコーヒーのソロキャンプ。最近JAZZボーカルレッスンにハマってます。磯釣り道具は未使用、どなたかご教示ください。