

首都圏中学入試最終「狙い目」多摩大聖／難関私大「入りやすい」学部・学科

サンデー毎日

大正11年3月31日第三報復刊
2009年1月25日(毎日曜日)発行
第88巻第3号 通巻4915号

1.25号
定価350円

大失業時代 名を上げる企業
と下げる企業

「雇用を守る」第3弾

座談会 浅川博忠・伊藤惇夫・上杉隆・二木啓孝
「小沢一郎」と「渡辺喜美」
麻生は4月消費税「自爆」解散

宮内庁が新成人の
恐れる!? 不思議な皇室観

T・ワンスと対戦!?

石川遼 全米最速
デビューは2月
アリゾナで決まり

年間50万円節約
明るいピンポール術

石田えり

のススメ

ンナのふるさと肴

レシピ付き



カンタンでおいしい「室井家の青魚の和え物」



市田ひろみさん 橋本聖子さん 荻原博子さん

1月20日は大寒。一年で最も厳しい寒さを迎える時期だが、今年は何んだか懐も寒い。こんな時は家で熱燗をグイッと飲んで、日ごころのストレスを解消だ！となれば欲しいのが肴。日本酒を愛飲するオンナたちにふるさとの一品を聞いてみた。お試しあれ。

シヨウガとニンニクをガリガリすり下ろし、ネギを幅1センチにトントン輪切り。味噌を酢でゆるめ、隠し味にみりんと酒を加える。これらを買ってきたアジの刺し身と一緒にグリグリ混ぜ合わせて皿に盛り付ける。

たった5分で、「室井家の青魚の和え物」の出来上がり。本来はシヨウガとニンニクはみじん切りだが、ちよつとアレンジ。魚の臭みが消え、ネギのシャキシャキ感がアクセントになって、熱燗がすすむ。

これを教えてくれたのは青森出身の作家、室井佑月さん。母直伝という。「私、すごく冷え性。これはシヨウガやネギが入っているから体があつたまるし、手軽だからお客さんが急に来た時にも出せるよ」ふだんはウイスキーか焼酎だが、冬は体が温まる熱燗という室井さんからはもう一品。「青森の酒の肴は甘くないのが特徴。イカのわたと塩と酒、輪切りにした鷹の爪

にちよびつとおしょうゆを入れてあえた「イカの塩辛」も熱燗に合うと思うよ」

味噌を使った肴では、千葉出身のタレントで「日本酒スタイリスト」島田律子さんの「味噌ビーナツ」。フライパンに油をひいて落花生を20分ほど煎り、砂糖と味噌を加えてなじんだら日本酒を少々振りかける。

「冷蔵庫に常備できるので、いつでもつまみとして出せます。こくのある日本酒と

合わせて楽しんでいきます」（島田さん）

その名もズバリ、「日本酒を愛する女性議員の会」の副会長を務める橋本聖子副外相は北海道の「白子汁」。日高昆布でだしを取り、味噌に白子やサケ、ジャガイモが入った「石狩鍋の白子入り版」だそう。

「牧場で生まれ育ちました。大所帯だったので直径50センチ以上もある大きな鍋で母が豪快に作っていました」

しつかりした味の酒にはチーズ

一方、転勤族の娘だった作家の下重暁子さんは、母親の出身地の新潟にちなむ「イカわたの西京漬け」をあ

スター・エッセイスト、福島敦子さんは「赤貝の煮付け」。

げる。イカのわたに塩を振って30分ほど置く。ガーゼに西京味噌を塗りにガーゼをのせたものでイカわたを挟む。冷蔵庫で4、5日寝かせた後、少しずつ切って味わう。

「中海の干拓工事で潮の流れが変わり、海が汚れて赤貝はいま取れなくなっていて地元では岡山産のものが出回っています」

やはり日本酒には海産物なのか、松江市出身のキャ

と残念そうだが、赤貝をだしと薄口しょうゆ、みりんでさっと煮るだけでなつかしの味がよみがえる。服飾評論家の市田ひろみ

こんな冬だから

「家飲み」

日本酒を愛するオ



下仁田ネギ

左から、イワガキ、イカナゴのくぎ煮、黒はんぺん



福島敦子さん

室井佑月さん

橋本聖子 白子汁、福島敦子 赤貝煮付け

「米養価は高いし、京風も味わえる。前の晩におつまみにして、あくる日の朝ごはんでおかずにもいけます」
(市田さん)

作家の杉野未矢さんは趣味の馬拉ソンの後、ぬる燗の日本酒を飲む。日本酒のアミノ酸が疲労回復に良いというのだ。肴は「黒はんぺん入り野菜しゃぶしゃぶ」。春菊や水菜などの野菜、

「小さい時はごはんのおかず、大人になってからは酒のつまみになりました」
『たちのみ散歩』(情報センター出版局)の著者でイラストレーターの小平尾香さんもお小魚料理。出身の神戸市垂水区でよく作られる「イカナゴのくぎ煮」。見た目も硬さも釘そっくり、というのが名の由来とか。

さて、私が「室井家の青魚の和え物」の次に試してみたいと思ったのがこの2品。まずは群馬出身で日本酒に詳しいライター、藤田千恵子さんの「下仁田ネギとカキのグラタン」。

「最近では体を冷やさないと口に冷やより熱燗です。口をつけたときに熱いというくらいギンギンなのが好きなんです」
おススメは「生シラスシヨウガのせ」。生のシラスにおろしたシヨウガをのせてしょうゆをたらすだけ。

岡山出身の夫婦家族問題評論家、池内ひろ美さんの「かぶの千枚漬け」は手間がかかっている。皮をむいたカブを2く3つの薄切りにして塩を振って一晩漬ける。水気を切ったら輪切りの赤唐辛子、細切りの昆布と一緒に酢1、みりん1、砂糖2分の1の割合で調味料を回しかけ、さらに2日漬けて味をよくしみ込ませる。

「野沢菜を入れてもいいと思う」
高価な食材でなくても、逸品はできる。手作りの小さな幸せを味わうのもいいものだ。本誌・宮本扶未子

出身地の静岡にある店「蒲菊」から取り寄せた黒はんぺんとさつま揚げをさつと湯通しし、シヨウガじょうゆで食べるのがお気に入りだ。
気象予報士の真壁京子さんも、

福井出身のワインコーディネーターでさき酒師の友田晶子さんのお気に入りには、「たくあん煮たもの」。たくあんを薄切りにしてしょうゆとみりん煮る、という素朴な一品。

「すっかりした味の酒とチーズなどの乳製品はよく合うんです」(藤田さん)
経済ジャーナリストの荻原博子さんの「ネギとかつお節のつまみあげ」にも興味をそそられた。ふるさと長野の友人が作ってくれたのがおいしかったそう。半分につめたアゲの中に刻んだネギとかつお節を混ぜたものを詰めて爪楊枝で口を閉じて、両面を焼く。しょうゆをたらして食べるが、荻原さんはひらめいた。