



Vol.26  
2013年12月号

お待たせしました  
だいどこ  
台所通信



関心事

タイ料理に欠かせないのが「ナンパラー」と「パクチー」。

この2つがあればとりあえずタイ料理に近づく。それにプラスしてから三位一体となって独特のハーモニイと美味しいが引き出される。

ナンパラーは私にとってはなじみのある味で、それは何故かと言うと秋田県人だから。秋田は「しよつる」と言う「ハタハタを塩で漬けたものだもの」。

「しよつる鍋」を作り冬は特に欠かせない食材になる。

今年もハタハタの季節になり、そんなニュースが流れると思わずよだれが流れるのは秋田の血筋だろうか(笑)

日本海が荒れるとハタハタが大漁になるといふジンクスがあるので、まさに雷の魚と書いて「鱮(ハタハタ)ー」。

不謹慎極まりないが、日本海が荒れてくるとつい「あーハタハタ獲れるー」と思ってしまう。

さて、遠廻りしてしまいましたが、ナンパラー。それほどなじみやすい調味料なので、タイ料理が身体にあったのかもしれない。



「心が忙(せわ)しくなったら」

2013年12月2日  
福島民友新聞「句、話、健康」より

「寝て起きて大欠伸(おおあくび)して猫の恋」

小林一茶

この俳句の「恋」は「来い」にも通じ、福を招いていると考えることもできる。

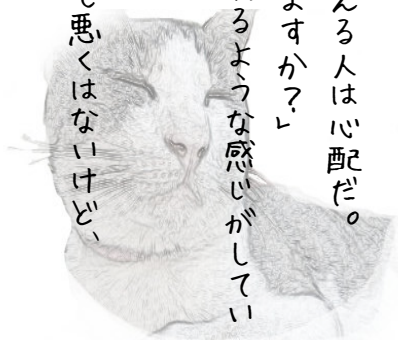
生活の中で時間に追われ出したら猫の仕草を見習おう。

狭心症や心筋梗塞になりやすいタイプは、「タイプA」。そのタイプの人は几帳面で勝ち気競争心が強い場合が多い。

さらに次の質問に Yes と答える人は心配だ。「毎日忙しい生活を過(か)していますか?」

「いつも生活の中で時間に追われるような感じがしていますか?」

未来の幸福のために今頑張るのも悪くはないけど、心身を壊しては何にもならない!



## 築50年の古民家へ

訳あって築50年の古民家引っ越しました。  
50年経っているのにリフォームを繰り返してきた  
からなのだろう、意外にちゃんとしているし、立派  
な木々も植えてある。

落葉樹が多く、たくさん葉っぱの絨毯。

家の中の作りも、個々が良いものを使っているおかげで何か良い雰囲気の大正ロマン的な家。

どこか懐かしく掘り炬燵もあるせいかな、とっぷりはまっている。

大家さんが戻られるまで

約10年ここで遊べる予定です

お父さんも私も老年の域に達してしまい、自分の居所に帰ってきたような気分になつています。  
ここで、ユアシスのお山と両方の整備にがんばって行こうと思います。

いや、がんばらずに楽しんで行く方向です。

三ヶ月の間に兄二人が逝ってしまい、兄弟も女三人になってしまったり、おとうさんの眼の手術があったり、引越して、、、目まぐるしい二三年半であった今年、この築50年の家で少し静かに。

サといもの山椒味噌でんかく

会津の「そうるふーど」...らしい！

サといものは皮ごと蒸す。

(旨みがかざつと閉じこめられる)

やわらかくなったら皮からはずし

あらかじめ練っておいた味噌であえる

☆味噌、サとい、味噌で練っておく

山椒の粉(あったら山椒の葉)をすりばちですっておく。

