

さばみりん干しのサラダ

「間違えていう贈り物」



ああ、この煙この香り! ちょっと中毒性さえあるような、このサラダという名のへんなもの。統計を取ってったわけじゃないけれど、やっぱり18年間ずっと「顔」でいてくれたのは『さばみりん干しのサラダ』なんじゃないかと思えます。なかなかの誕生のエピソードもあるし…。

それも自主トレ時代のある日のことです。その頃、無農薬野菜や無添加の食べものを注文で配達してもらっていたのですが、夕飯のおかずには鯖の文化干しを頼んだはずが間違えて「みりん干し」が来ちゃって。「んんー、私、苦手なんですよねーみりん干し、甘いし…」と正直に言えば、配達の人「すみません、次回は必ず」とそれを引っ込めながら「でもこのみりん干しは美味いんだけどな」とほそっと。その言い方にいたく裏のないリアリティを感じまして、じゃあもらってみようかということになった訳です。

食べてびっくりでした。美味しくて、胡麻がまぶさってないところもよかったし、甘いというよりかぐわしい醤油の美味さ。出会ってしまったんですね。で、何かにならないかなど。そのまま焼いてゴハンのおかずにするのがいいのだろうけど、やろうとしているのは定食屋さんじゃないしなあ、などと思案しているうちにふと、こんなものを作って店の内装工事に入ってくれてる人たちに食べてもらったんです。

よかったです、ほんとに、これ思いつかせてもらえて。転職して新たな世界へ飛び込んだ潔さに、神様がささやかなプレゼントをくれたような「さばみりん干しのサラダ」です。

そしてお客さんたちが「家で真似してみた」って言ってくれたナンバーワンのメニューでもありますね。いいさばのみりん干しを手に入れる、それだけなんですけどね。この頃は私、みりん干しも自宅で作るようになりました。ああ、それから春菊嫌いの人が何人も「これだけは大好き」って言ってくださったのも不思議です。ほんと、不思議です。

まず作っちゃいましょうか。タケハーナの一番人気はやばいくらいに簡単なんです。

- ① さばのみりん干しをグリラーや魚焼き器できちんと焼いて、熱いけどなんとか触れる! くらいになったら荒めにほぐしながら骨を取り除いておきます。
- ② 春菊は茎から葉をむしって水で洗ってザルにあげておきます。葉っぱは上から下に引くと引っ張るとすじが残って口当たりが悪くなるので、上に引っ張るようにちぎってください。ザルは斜めにしておくと、よく水が切れますよ。ひとくちメモでございませう。(ああ、そうだ、これも冬の野菜という旬を破ってのレギュラー入りでした。夏は高いしないし、泣きました)
- ③ 長ネギは6cmほどに切ってから縦に切れ目を入れて芯の部分を取り除いて、白髪ネギって呼ばれる細い千切りにして水にさらし、水気をよく絞っておきます。
- ④ きゅうりは縦半分にしてから斜め切り。
- ⑤ 大きめのボールに①②③④全部いれて、レモン汁、胡椒、薄口醤油も入れて、ぜんたいがよーく混ぜるように、だけどけて押しさえつけないように、ふんわりと手早く混ぜていきます。器に盛ります。素手がいちばんと思うんだけど、どうですか?
- ⑥ 小さなフライパンなどでごま油とサラダ油(キャノーラとか)を煙が出るほど熱して、盛りつけたサラダの上から回しかけて出来上がりです。

さばのみりん干し(甘すぎず、天日干しがベターです) 1/2枚
春菊 1束弱
キュウリ 1/3~1/2本
長ねぎ 6cm
レモン 適宜
薄口醤油 少々
胡椒 たっぶり
ごま油とサラダ油 大さじ1ずつ見当



自家製さばみりん天日干し製作中!



ザルを斜めにするとうまく水が切れますよ