

炎のきしめん

「激辛とか、ピリ辛とか」



[きしめんソース]

これ、えごまの葉の醤油漬を使うのですが、初めは市販のを使っていました。その後、案外と手軽にえごまの葉が買えることを知ってからは自分で漬けるようになりました。作り方は簡単です→ **おろしたんにくと一味唐辛子と醤油とみりんをよく混ぜたら、えごま一枚一枚にぬっては重ねを繰り返して。3～4日でなじんできます。さ、はじめましょう。ボールにコチュジャン、レモン汁、酒、醤油、ごま油、刻んだえごまの葉、かつおだしを入れてよく混ぜます。それだけです。長期間、けっこうもちますよ。**

[牛肉そぼろ]

牛肉を包丁で荒いミンチ状に切って、醤油とみりんごま油で下味をつけておきます。20分ぐらい置いたら、フライパンを熱してポロポロになるよう炒めていきます。途中出て来た汁気がふたたびなくなってきたら出来上がり。味をみて甘辛具合を調整します。冷めてから使います。残ったら容器に入れて冷蔵庫へ。

- ① お湯を沸かします。ザルにもやしといんげんを入れてサッと茹でます。冷水に取って冷まし水気を絞ったらいんげんは斜め千切りに。同じお湯できしめんを茹でます。
- ② ボールに①のいんげん、もやし、きゅうり、牛肉、きしめんソースを入れておきます。
- ③ 茹であがったきしめんを冷水でよく洗い、ペーパータオルなどでしっかり水気を拭きとってボールに加えます。全体をしっかりと揉み込むように、具とソースときしめんを馴染ませてくださいね。素手でぐいぐい。その手で目をこすらないように。
- ④ お皿に③を食べやすいように小分けにしながらかき混ぜ、錦糸卵をたっぷり乗せたら完成です。

料理が好きな人に市場好きは多いと思います。私も旅をするようになって、自分の『市場好き』を自覚するようになりました。料理の仕事をするようになるなんて、ちいっとも思ってもみなかった頃から、知らない町に辿り着くと、足も意識もまず市場へと向かっていました。

宿を決めて荷物を降ろしたら、ベッドの上に地図を広げて、まずはとにかく市場を探します。中央市場だけじゃなくて、町のあちこちにあるマーケットや青空朝市の場所。そこへの道順を頭に叩き込んだら、ほとんど空の予備のリュックひとつで出掛けます。どうしても欲しいものに出会ってしまったら、その日がいくら旅の初日でも、これから重い荷物をしょっていかなくてはならないことになっても、出会ってしまったら、手に入れるようにしています。「あーしまったー、買ってあげよかったですー」という思いを何度したことか。ちゃんと一期一会の実践です。

知らない町で市場がいちばん興奮する場所。料理人になってからは、市場はいちばん落ち着く場所。そこが気に入ってしまうと、早朝から行って朝ごはんを食べ、昼に行ってはまた同じところをグルグル回り（何度でも発見があるのです）、夜もやってくる市場なら、夜だってごはんを食べちゃうか、あるいはせめて食後のお茶だけでも、なんて具合に通い詰め。ひとり旅ならいいのだけれど、連れがいる時には少しだけ我慢いたします。

あーあ、オアハカの市場、また行きたいなあ。タマール・オハケーニョを食べて、辛いモーレを買って。盛岡の神子田の朝市も楽しかったなあ。どのおばちゃんの南蛮味噌が美味しそうか、何気に物色して歩いたり。チェンマイの市場の回りには美味しいものがいっぱい売っていて。ハーブと唐辛子の種類の多さがなんだか悔しかったな。どの唐辛子ペーストを買うか迷って、たくさん味見させてもらったのは有難かったけどキツかったりして。

いやいや、無理矢理『炎のきしめん』に結びつけようとしている訳ではありません。どういう訳か旅に出ると辛いものを買ってくることもよくありませんか。「甘さ」よりも「辛さ」に土地の特長が出易いとか、ないですか。凄く辛いものが得意という訳じゃないけれど、旅のみやげに「辛いもん」は絶対に入っているのです。

激辛とかピリ辛とか言えなくて（なんか、はずかしい）こまっぴり炎なんて言ってしまいました。一番辛いメニューでした。辛さを揉み込む。気合いを揉み込むのも大切なスパイスです。

コチュジャン 500g(1パック)の場合
レモン 1個~2個(夏は多めが美味しいです)
醤油 大さじ2ぐらい
酒 大さじ2ぐらい
かつおだし 100cc
ごま油 大さじ1

牛肉切り落とし 300g
醤油 大さじ3ぐらい
みりん 大さじ2ぐらい
ごま油 少々

きしめん(半生) 一人前120gの場合
いんげん 2本
もやし(ヒゲみたいな根っこを取って) 適宜
きゅうり 斜め薄切り6枚をさらに千切り
牛肉そぼろ 大さじ山盛り1
きしめんソース 大さじ多めに1(好みで加減します)
錦糸卵 適宜



コシの強いきねうちきしめん



辛さもやる気も揉み込む!