

いかライスのオーブン焼き

「ジャスミンライスで旅にでる」



ジャスミンライスって名前、大好きです。タイの香り米のことをこう呼びます。日本のお米はうるち米、ジャスミンライスは長粒米、インディカ米とも言います。カタチも水分もずいぶん違いますよね。その他にも黒米、赤米、もち米といろんなお米があって、それぞれがいろんな料理を生むヒントを隠し持っていてくれる。ほんとにありがとさまです。ちなみに普通のタイ米が2kgで500円なら、ジャスミンライスは600円といったところです。

で、ジャスミンライス、大好きです。炊きあがる頃のあの湯気の匂いは何故だか郷愁。生まれも育ちも日本の私が郷愁っていうのはへんなんだけど、どうにも懐かしい気持ちになってしまうのは、やっぱりふらふら東南アジアを旅した思い出なのでしょうか。ま、顔もあっち系ですけど。

クアラルンプールにあったタイルの壁が時代を超えてほろっこよくて、食べれば美味しくて美味しい鶏飯屋のおじさん、元気かなあ。タイルがかっこいいといえば、メキシコシティのチュロス屋さん、あそこもいい感じの内装だったなあ。そうかあ私ってタイル好きだったんだ。。なんて取りとめないことにふと持っていかれてしまうそんな湯気のです。

そのジャスミンライスと生の青のりをいっしょに炊いて、西洋の顔したアジアな奴って感じのメニューがこの「いかライスのオーブン焼き」。スペインのパエリア的味わいでイタリアのピッツァ的風体で、でもキメはたっぷりの白髪ねぎとラー油というあたりで、混ぜながら食べればどこが最寄りの国なんだか。でもはっきり言えるのは、このメニューはぜったい長いお米じゃないとだめだということ。水分が少なくてパラパラしていないといけません。そう、水分が少ない、というそのことが、いろんな国の要素をうまくひとつにまとめているような気がします。

- ① 青のりライスを仕込みます。フライパンにオリーブオイル、生姜をいれて軽く炒めたらお米を洗わないまま加えて、うっすら透き通るくらいまでさらに炒めます。炊飯器に移してかつおだし、酒、ナンブラー、塩を加えスイッチを入れたら出来てはらず。
- ② フライパンにオリーブオイル、にんにく、いつもの手順より少し早めにイカを炒めはじめて、セージ、塩、胡椒で味を整えます。イカにはすぐ火が通るしにんにくが焦げやすいのでスピーディーに進めるとよいです。
- ③ 耐熱皿にオープンシートを敷きます。青のりライスの上に②のイカをにんにくオイルごとバランスよく並べ、さらにトマト、その上からチーズをたっぷり乗せて、200℃のオーブンで10~12分焼きます。
- ④ 焼き上がったいかライスをオープンシートごとお皿に移し、スケッパーなどで抑えながら静かにシートだけ外します。ラー油をまぶした白髪ねぎと万能ねぎをこんもりと盛って、さらにお好みでラー油を回しかけて出来上がりです。

実はいかライスに使っているイカ、思いのほか少なくないんです。試食の結果、申し訳ないくらいちょっとで十分なことが判明しまして。そのほうがライス感が出ていい。その分、いいトマトといいチーズ、いいラー油に予算を回してみてください。それから「溶けるチーズ」とか「ピザ用チーズ」として売っているもので十分美味しく出来るけど、メーカーによってその溶け方焦げ方ずいぶん違いがあるので、いろいろ試してみるといいですね。



ちょっと奮発ジャスミンライス

【6皿分相当・冷凍可】
 インディカ米 2カップ
 青のり 1パック (150gぐらい)
 オリーブオイル
 生姜みじん切り 大さじ2
 かつおだし 2カップ (米と同量)
 酒 少々
 塩 少々
 ナンブラー 少々

【1皿分】
 イカ 5mmの細切りにして 大さじ1強
 にんにくみじん切り 小さじ1
 オリーブオイル 大さじ1弱
 セージパウダー 適宜
 塩、胡椒 適宜

トマト (ミニトマトでも濃くよい) 少々
 溶けるチーズ たっぷり
 白髪ねぎ 6cm分ぐらい
 万能ねぎ 適宜
 ラー油 適宜 (自家製 good!)



生の青のり、130~200円!



イカはこんな量で十分ですよー