

人参と鶏もつの辛いマリネ

「ピーラー、どうしよう」



ある日のこと。「この方は食べた人の心深くしみいる料理を作るに違いない。」と確信できる方の記事を読んでいてギクッとしました。(もしかしたらイスキアの森の佐藤初音さんだったかも知れません)
そこにあった「野菜の皮を剥くのに、ピーラーは使いません」という想い。いのちある野菜、そのみずみずしい細胞を出来る限り傷つけないよう。これは料理をする時の心得というよりも、もっとずっと大きな生命体としての心得のことだわとガツンとやられながらも、短絡的な私はあくる日さっそく厨房で順を相手にその記事の内容をこと細かく伝え、自分の食材に対する想いの浅さをなげき、反省し、断言したのでした。
蓮根をむくときも、長芋をむくときも、もちろん人参のマリネを作るときだって、もう一切、ピーラーは使わないよ!と。

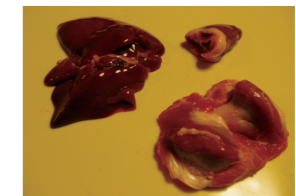
そうしてタケハーナの厨房からピーラーは消え、ささがき人参(そんな言い方があるかな?)をするときも、多少ぶ厚くなったとしても、これでいいのだ、この気持ちは人参の細胞に伝わるさ、間違いなく数段美味しくなるさって、なんだか幸せな気分になったものです。

ところがまたそれから数年たったある日。新聞に載ってた「人参のサラダ」のレシピをながめていたら「人参を一本まるごとピーラーで」というくだりが目に飛び込んできたので、「ま、そうだな」なんてすっかり上から目線な私だったんですが、そこにはピーラーを使う理由がちゃんと述べられていて、私はふたたびギクッとしたわけでした。いわく「人参の細胞を壊すことで、ぐっと味を沁みやすくする」と。
はああああ。そうきたか、その意味もとってもよく分ります。

そうなんですよ、どんなものごとにも絶対的な正解なんてなくて、どんなことにもいい面と困った面はあるのでしょう。ひとの意見を聞いてはフラフラしているのがいちばん情けない。
なにを大事になにを嬉しく生きて食べて料理していこうとしているのか、どうする私、そしてどうするピーラー。。って結局目先の問題に目がっちゃうのをなんとかしないと。

今でもささがき人参、包丁で削っていますよ。

- ① 人参の話ばかりで、モツがひがんでいます。いちばん時間がかかるのはここでした。
鶏のレバー(たいていハツもついてくる。ハツは心臓です)と砂肝を掃除しながら食べやすく切って洗っていくんですけど、とにかく血のかたまりを徹底的に取り除くこと。水にさらすとかさらすと栄養分がとかここでもまたいろんな観点からいろんな意見があるんですけど、とにかく目でみて血を指で取っていくことが大事だと思います。
水で洗ってザルにあげてを数回くり返ししながら。
- ② 蒸し器に入る大きさのボールを選んで、鶏もつ、お酒、醤油、ウスターソース、黒糖、にんにく、生姜を入れてラップします。そして蒸気のたった蒸し器へ。1時間くらいでやわらかくなります。
途中で一度、ラップをはずしてかき混ぜるといいですね。蒸し器のフタを取る時はぜったい火を止めて。蒸気でヤケドしますから!ラップはずす時も気をつけて。
- ③ 鶏もつを蒸してるあいだに、ピーラーまたは包丁で!人参を長めのささがきみたいに削ります。セロリは薄切りに。
冷たい水に人参とセロリをさっと放ちます。さっとザルにあげて、水気を切っておきます。こうするとシャキン!とするんですが、栄養重視で水にはさらさないという考えもいいと思います。水分が切れたらふたたびボールへ。
- ④ フライパンにオリーブオイル、にんにく、生姜をいれ火にかけて、ゆっくり香りを移していきます。いい感じになったら豆板醤を手早く炒めます。辛くて美味しそうな香りが立ち上がってきたら、すかさず蒸した鶏もつのボールにある汁をぜんぶいれてしまいます。ここで火は止めちゃって、シェリービネガー、ナンプラー、ごま油、みりん、胡椒をいれて混ぜ合わせ、人参&セロリのボールに鶏もつを加えたところに一気に注ぎ入れます。ささっとかき混ぜて、あら熱がとれたらタッパに移して冷蔵庫へ。
30分もすれば馴染んできます。食べる時にパセリなどを。パクチー好きなら、そりゃもうパクチーだ。5日ぐらいいは大丈夫。



レバー、ハツ、砂肝、お掃除前



蒸す前はこんな感じの量です



蒸しあがり。汁、使います

鶏レバー 300g
砂肝 300g
醤油とウスターソース合わせて ボールに入れた鶏もつの高さの8分目くらい
酒 大さじ1
黒糖 ひとつまみ
生姜薄切り 4~5枚
にんにく潰したもの 2片

人参 2本
セロリ 1本

にんにくみじん切り 大さじ1
生姜みじん切り 大さじ1
オリーブオイル 適宜
豆板醤 お好みの辛さで加減して
シェリービネガー(他のお酢でもOK) 大さじ1くらい(多すぎないほうが好きです)
みりん 適宜
ナンプラー 適宜
ごま油 適宜
胡椒