

「一食入魂」

突然ですが生きているうちに、あと何回食事をすると思えますか？

自分の場合、80年で人生設計していますから（80歳を超えた分はオマケと考えています）今47歳、80歳－47歳＝33年×365日×3食＝36135回が残された回数です。多いと見るか、少ないと思うか。いずれにせよ、毎回の食事は単に空腹を満たすような食べ方はしたくないと誓っています。具体的には、作り手の想いが感じられるものしか食べないことにしています。そこには単純に食べたあとの満足感と、納得感があるからです。

以前仕事で食品工場をいくつも視察したことがあります。そこはとても衛生的な環境で作っていて、きつと品質的には安全で問題ないと言えるでしょう。もし問題があるとすれば、そこで作っている人達は、誰が食べるかわからないものを作っているという点です。つまり、もし自分の家族が食べるものであれば、もつと想いを込めてつくるはずですが、でも誰が食べるかわからない食べ物では、自ずと気持の入りが違うのは仕方ないことなのでしょうね。その行為は食事を作るといふよりは、単なる作業と呼ぶものです。それが分かりながら敢えてそれを選択はしたくないのです。ですから毎食毎食、外食のときも、お惣菜ひとつ買う時も可能な限り作り手の見えるものにお金を使おうと決めていきます。

ハレルヤがつくる料理はお客様から見て、たとえ顔を合わせることがなくても、「一食入魂」の想いが伝わっているだろうかと思っています。

展開料理で「レシピ」倍増計画

毎日の献立悩ましいいものです。つい同じ味付け、偏った食材になりがちです。そんな時に役立つ技が「展開料理」。それは基本になる料理をアレンジを変えて展開させていく料理のことです。たとえば、定番の金平ごぼう、ひじき煮、切干大根煮などいっつもあれば安心なお惣菜ですが、さすがに飽きてきます。そんな時にはそれぞれの野菜をベースに、サラダ仕立て、酢のもの仕立て、おにぎり、海苔巻き、コロケの具などにすることで生まれ変わり美味しく食べられます。

もうひとつ知っておくと便利なのが和え衣バリエーション。白和え（豆腐ベース）胡麻和え（すりごま＋醤油）、とろろ和え（長芋のすりおろし＋塩＋醤油）この3パターンがあれば同じ素材でもその日の気分、他のメニューとのバランスを考えながらアレンジができます。ハレルヤのレシピも100以上ありますが、その中にもこの技で作ったレシピが結構あったりします。困った時の強い味方「展開料理」を是非活用してみてください。ハレルヤのレシピ監修の月森紀子シェフの「野菜ごはん」に詳しく展開料理のことが説明してあります。是非参考にしてみてください。



- ・月森紀子著
- ・文化出版局
- ・「野菜ごはん」

今月のおもてなしレシピ

「玉ねぎが甘く大変美味しかったです。私の中ではベストなお料理でした。」お客様からの「玉ねぎの丸ごとロースト」に頂いたコメントです。とても嬉しいですが、ちょっと淋しかったです。なんせ手を掛けた料理より評判いいんですから（笑）。その素材にしかない味「固有名詞の味」にはかないません。ただシンプルにオリーブオイルと海塩をかけオーブンで1時間焼くだけのこの料理なのですが、この1時間の間に何が起きてしまったのだろうと思うくらい玉ねぎの特徴が引き出され凝縮した一品です。だまされたと思ってお試しください。



●玉ねぎのロースト

【材料2人分】

- ・玉ねぎ（中）…2個
- ・塩…少々
- ・オリーブオイル…大さじ1
- ・キャベツ…2枚

【ソース】

- ・しょうゆ…大さじ1
- ・オリーブオイル…大さじ1
- ・練り白ごま…大さじ1

【作り方】

- ①□ ねぎは皮つきのまま天パンに並べて、上から塩とオリーブオイルを振りかけ、180℃のオーブンで1時間ほど焼いて中まで火をとおす
- ②□ キャベツは4～5cmの千切りにする。
- ③ 器の中央に②のキャベツをしき①の玉ねぎの皮をむいて盛付け、ソースをかけて食べる。

インタビュー記

スタート当初から一緒にやってきたスタッフが七月限りで家庭の事情のため辞めることになりました。前の職場からの縁で、気心の知れた笑顔の素敵なスタッフで、サービスのベースとなる部分を一緒に作り上げてくれ、これからリーダーとして活躍して欲しいと考えていた矢先でした。正直なところ痛手ですが、かけがえのない家族の事情なので引きとめる訳にもいきません。組織のメンバーを同じ目的地に向うバスの同乗者と喩えますが、それでは彼女は始発から同乗し一旦途中下車したのだと思います。状況が変わればきつとまた笑顔で乗り込んでくるでしょう。

本棚

「食の達人が伝授する目利きと技」ビジネス角川SSC新書

「分とく山」の総料理長、野崎洋光氏の本。料理のことだけにとどまらず、食育のこと食生活まで幅広く書かれた本です。その中の言葉に「哲学のない料理は動物のエサと同じ」というくだりがあります。料理のすべての所作にはすべて意味があるのだと心に刻んだ一言でした。

編集後記

8年ぶりに引越す事になりました。今回の部屋は思いの他早く決まりました。過去の経験が生きて自分達の中での部屋決め基準の優先順位が明確になってきたからだと思います。困みに自分の中でのポイント、部屋を取り巻く環境に五行的要素（土、火、水、金、木）があることです。住む環境も広い意味では五感から取り入れる食事まで思っています。