

つっくんのどうでもいいお話

ニュースレター =Vol.26=



筆者紹介

氏名：都築政雄
資格：一級建築士 二級施工管理技士
身長：169cm 体重：62kg
出身地：愛知県常滑市
誕生日：8月21日(獅子座)
血液型：A型
趣味：管楽器演奏 ゴルフ 釣り 料理
特技：橋作り
性格：温厚 神経質
モットー：いつも笑顔で



【もんじゃ焼き】

三月に入っても寒い日が続いていますが、このお便りが届く頃にはお彼岸も過ぎ少しは春らしくなっていますでしょうか。この時期は花粉の季節でもあります。私はそれほどでもありませんが症状が重い方はたいへんつらい思いをしていらっしゃると思います。知り合いの方で一年間毎日ヨーグルトを食べ続けて花粉症の症状が改善されたというお話も聞きました。お試しあれ！

さて今回は【もんじゃ焼き】のお話です。私の家は築30年近くになる日本の伝統工法で建てられた家です。いわゆる土壁が付いた家でして夏はそこそこ涼しく冬はめちゃくちゃ寒いという具合です。当然ながら暖かい食事もすぐに冷めてしまいます。そこで暖かいものを何とか冷まらずに食べるにはホットプレートの上に乗せておけば良いじゃないかと思い、小さなホットプレートを調達しました。せっかくなのでもんじゃ焼きに挑戦してみようという事でネットでレシピを調べて挑戦してみました。まずは生地を作りますが水500ccに対し小麦粉(薄力粉)を40~50gと出汁粉(ほんだしなど)を混ぜそこへウスターソースを大さじ2杯強入れます。具のほうはキャベツ1/2玉程度を荒みじん切りにしたものと揚げ玉、桜海老、イカなどの魚介類、今回は牛すじ肉を甘辛く味付けて柔らかく煮たものを用意しました。ベビースターラーメンなども良いようです。焼き方は生地に具を混ぜ、薄く油を引いたホットプレートに具のみを乗せて軽く炒めます。少しとろみが出てきたら具材をドーナツ状に広げて真ん中に生地を適量流し込みます。生地が沸いてきてとろみが出てきたら全体を混ぜてプレートいっぱいに広げます。水分が飛んでぶくぶくしてきたら食べごろです。あとは『はがし』と呼ばれる小さなへらでプレートに押し付けるように採って食します。思ったより簡単です。というわけで作るのと食べるのに熱中し調理中の写真撮り忘れしました(笑)