

コール・スロー

ケンタッキーフライドチキンでお馴染みのサラダです。キャベツ・サラダの意味です。コールがラテン語発祥のキャベツの意味で、サラダが訛ってスローってなったみたいです。キャベツのサラダですが、そのほかに、彩りでニンジンやキュウリを入れたりします。でも基本は、キャベツとコーンの二つは絶対になくてはいけません。

このサラダのキモは、①キャベツを柔らかくし過ぎないこと ②砂糖を効果的に使って少し甘くして、味に深みを持たせることです。

若い世代の人達にはなじみのサラダですので、旨く造ると絶対に褒められます。

<用意するもの>

				
キャベツ半分	つぶコーン缶・液も	砂糖小スプーン3 塩1	酢スプーン1・マヨネーズ 適量	キュウリ・ニンジン少々

<段取り>

1. 鍋にお湯を沸かし熱湯にする。別に水を入れたボウルを用意する。
2. キャベツ(ニンジン・キュウリ)を、約 1cm程度に刻んで、ザルに入れる。
3. ザルごと熱湯にサッと潜らせて、即、流水を掛けながらキャベツの粗熱をとる。
(この時野菜に火を通そうとしたらダメ！。1.2.3. で即冷やす。これが心配なら塩もみでしんなりとさせます)
4. 水を切ったら、キャベツをボウルに移し、コーンを液ごと入れ、砂糖を少量で利かすため、塩・酢を少しだけ入れて、マヨネーズを適量入れて混ぜると出来上がり。
5. ガラスの器に入れると、美味しそうに見えますよ。

3. の要領は、以前紹介しました「しゃっきりキャベツ」の応用編です。試して戴けましたでしょうか？ まだですか…やっぱり。「しゃっきりキャベツ」は今まで味わったことのない異次元の食感と透明感ある味わいなんです。きっと感動します試してみてください。
湯通しではなく塩もみで造ったら、塩は軽く流して、もう塩は使いません。なんか旨味が足りないと感じた時は、砂糖をもう少し入れてみましょう。こんなことが料理の楽しみなんですね。

マヨネーズの量を少し減らして、カラシ or ワサビを少量加えても味の変化が楽しめますし、ミニトマトなんかをのせてもキレイです。

