

クレソンの炒め

毎日同じようなものばかり食べていれば、どんな美味しいものだって飽きてきますよね。だからマーケットに行ったときに、じっくり眺めるのです。ああ、この食材しばらく食べてないなあなんて思ったら、新しい料理法も含めて検討することをお奨めします。食材×料理法で数倍の拡がりが入手に入るのです。人間が生きるための基本である食べることを通して、いわば生き方を拡張するのですから、あなたの人生にとって損なはずがありません。

で、今回はクレソンです。この野菜、最強の野菜って言われています。栄養学の細かいことは分かりませんが、最強って言われているのですから身体に良いと無条件に受け入れます。むかし自宅の井戸周りにワサワサ生えていたクレソン、この生命力を我が物としましょう。まあ普通はサラダで食べるかお浸しで食べるかですよね。ですから今回は炒めてみます。おおげさなことを言うわりにはショボイ料理法ですが、自分にとっては初挑戦なので満足なんです。



調理法は紹介するのも恥ずかしいのですが、①フライパンに油 ②おろしニンニクを少々
③適当に切ったクレソンを入れ、炒めながら塩・胡椒 これだけです。

オトコの料理らしいですよ、単純で！クレソンの苦辛い味を愉しみながら、酒をヤルのです。
ラー油＋醤油 に付けて食べるのも一興なんです。

皿の向うにあるのは、ニンニクのしょう油漬け。一年は経っていないと思いますが、安心な国内産六片種をつかって、醤油＋そばつゆ＋水 で薄く延ばして漬けました。最高の味です。