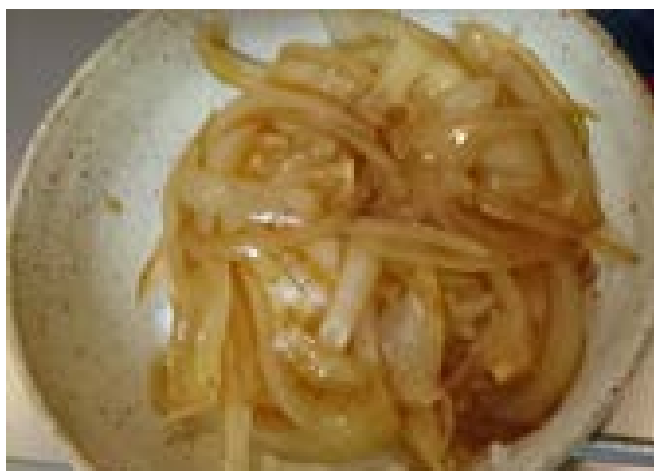


## 牛 丼

牛丼です。これの旨いのにありつけるのは、とても嬉しいのですが、意外に難しいんです。まず第一にチェーン店の牛丼屋では、「生っぽい牛丼」が絶望的なんです。玉ねぎがクタクタに煮られて茶色になってしまっているもの。牛肉がパサパサになるほど煮汁付けになっているもの、こんなものは牛丼店ができ始めて広まったころにはなかったものです。もしかしたら冷凍のまま煮汁に放り込んで解凍しているのかな？と思うようなものもあるのです。まあ、こういう牛丼が初めからっていう世代の方々には、紅ショウガをいっぱいおせて食べれば良いのかも知れませんが、残念ながら年寄りには無理なのです。

そこでどうしても食べなくなったら、自分で作るのですね。作り方のコツは3つです。それさえ守れば、次元の違った牛丼が食べられます。やってみますか？



牛肉は脂身の多い、極々薄い肉を使用する。厚いものでは全然旨くありません。

玉ねぎを3分の2程度、火に通しておき、煮汁からあげておく。

牛肉を放り込んで、ほぐしたら、直ぐに玉ねぎを放り込み、即、どんぶりへ乗せる。

以上です。玉ねぎは身の厚いものがベストなのですが、最近あまり見なくなりました。これに七味を振り掛けて、熱々を食べましょう。玉ねぎは少し生であることが肝要です。

因みに、豚バラで豚丼にするときは、玉ねぎをもう少し煮るのが私の好みなんです。理由はわかりません。でも何故かそうしてしまうんです。やはり変り者なのでしょうか？