

## 麻婆茄子風ごった煮

茄子と筍とピーマン程度を使って、コジャレた麻婆茄子なんてのもいいんですけど、もっと具材をたくさん使って、「ごった煮麻婆茄子」なんかはいかがでしょう？はじめからごった煮とオコトワリを入れてしまえば、多少の具材の火加減も配色もなるように任せて気が楽になります。いま家にある材料で旨いものをつくるってのが、オトコの料理なのです。

今回の材料は、ナス・玉ねぎ・きのこ・ピーマン・人参・生キクラゲ・豚肉（ひき肉がないので包丁で細切れに）を用意。調味ダレは先に作ってしまいます。ボウルに味噌・ソバツユ・オイスターソース・甜面醬・豆板醬・黒砂糖・味醂・一味唐辛子・ゴマ等・天然だしを一緒くたに入れて混ぜます。調味料入れにあるものを適当に入れただけ。甜面醬じゃなくてコチジャンだっていいし、なくてもいいんです。辛くて甘く深い味を目指せばOKです。

フライパンに油を多めに入れ茄子を炒め、玉ねぎ・人参・ピーマン・豚肉を順次入れて、後は残り全部と調味ダレを放り込み、仕上げ直前に水溶き片栗粉で硬さ調整します。

すこし火加減が強かったかもしれませんが、まゝごった煮ですし、そのぶん材料に味が沁みました。いろんな味が絡み合いとても幸せな味に仕上がりました。玉ねぎ1個分に他の材料を合わせたので、すごい量ができあがりしましたが、その後3日間飽きることなく誠に美味しく戴きました。天然だしを上手く使うと、とても幸せな味に仕上がりますヨ

