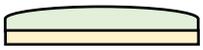


野菜の皮漬け

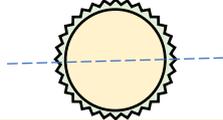
野菜の皮、本体より栄養があるって言いますよね。でも栄養だけの問題ではなくて本体よりもはるかに美味い食べ方があるんです。大根・人参などをごく厚めに皮を剥くのです。大根を5cmくらいに輪切りにして縦方向に皮ごと切り落とす方法か、手に力があれば5mm程度のかつら剥きの要領で厚く皮を剥いたのを短冊型に切るのがキレイに仕上がります。野菜の繊維は縦方向に延びていますので、縦に切っておくと漬け物にしても“パリッ”とした食感が楽しめます。これを食べてみると本体は捨てるでもいいやと思うほど別物の美味しさになります。本身はもちろん使いますが・・・

味付けは味道楽（ソバツユ+醤油）を適宜水で薄めて、これに漬込むだけです。翌日には美味しく食べられます。皮が付いているので、手作りのものを食べているんだとの満足感や干した大根を食べているような食感とわずかに感じる苦辛味のような自然感が大人の食べ物としての風格を備えた逸品になります。あくまでも皮が主体の料理ですので、干した沢庵と同じようなものだろうと想像されている方が多いと思いますが、皮と身の割合がまるで違いますので別の食べ物になります。図で示すと以下のとおりなんです。そこ

① 皮と本体
皮が多い



② 沢庵
身が多い



らには皮の漬物なんて売っていませんから、自分で作らないかぎり、おそらく一生味わえない味と食感だと思います。

ものごとは頭で考えることと実際に試したものとでは、天と地の差があるのです。試してみるとわかります。

毎度ながら、どうしても良いところにこだわっている “ひねオトコの料理” でした。

ひねたればひねもすこりて鄙のあじ 致雨



写真の右半分はセロリです。セロリも旨く食べられますし、一緒に漬込んでも匂いは移りません。一晩で良い色になります。

手の込んだ沢庵より旨いです。