

乾物おつまみ

「堅果種子類」って何のことでしょう？ ヒントは下の写真にありますが、「ナッツ類」のことです。アーモンド・ピスタチオ・マカダミアナッツ・カシューナッツ・落花生などなど、よくチョコレートの中身だからなんて思って、ただのお菓子のたぐいなんて思ってはいけません。ナッツ類には不飽和脂肪酸といって血圧を下げたり、抗酸化作用で美容と老化防止にも役に立ちます。（← のだそうです）ナッツ・リターンなんて飛行機が戻ってくれば事件ですが、若さが戻ってくるならばスゴイ事件になってしまいますよね！ これでウイスキーをチビチビなんて簡単便利でいいですよ。

そして独特の癖のあるブルーチーズ、なかでもゴルゴンゾーラは癖がより一層強いのですが大好きなものです。自分自身の癖があるので好きなのでしょうか？ よくわかりませんが・・・これをクラッカーに少量のせて、ウイスキーをチビチビ、これもいいんです！

酒のおつまみ・アテというものは、須らく酒に寄り添いながら、酒の害を和らげるものをベストとします。これでこそ酒と永〜くつきあえるコツではないでしょうか。ただ並べるだけでも、立派な役をするおつまみができるのです。毎日のことですから、ご自分で考えて選定すれば、あなたに合った身体にも良く美味いおつまみが見つかるはずですよ。するとしないのでは、10年後に大きく違いますよ。

ちなみに写真の飲み物は例のごとく、醸造玄米黒酢 + 沖縄黒糖 + 水 です。好みですが炭酸割よりも飲みよみたいです。これを2杯、ウイスキー1杯がお約束の飲み方になってきました。

