

## ラボッツ (ロマネスコ)

マーケットをブラついていたらラボッツが売っていました。といっても分かるわけなくて、ロマネスコが正式名称です。カリフラワーやブロッコリーの仲間（アブラナ科）だそうです。ブロッコリーのように隙間がないので、間に虫が潜んでいる心配がなく興味がありました。ラボッツとは螺髪（らほつ・仏の髪の毛）ブツブツの造形が仏像の頭のようなので、私流に“ラボッツ”と勝手に命名しただけです。基本的に仏像の頭の部分を食べるのですが、葉の茎の部分も立派な太きなので、これも適当な大きさに切って食べてみました。

調理法は基本的に茹でて食べるだけですが、アブラナ科の野菜は油で炒めると栄養の吸収が良いとか・・・適当な大きさに切って固ゆでにしたものを、ベーコンと合わせて軽く炒めながら塩コショウ。小丸のモッツァレラチーズがあったのでこれも放り込みます。これをベイク皿に盛り込んで、溶けるチーズを載せて、オープンへ。そうすると何だかオトコが適当に作ったにしては、やけにそれらしい一品ができあがりました。茎も一緒にくたに入っているのがわかりますよね。ミニトマトなんか入れても彩りとしていいでしょうね。

一味をかけて食べれば、なんだかイタリア人になった気分、仏の頭を食べているのだから利口になった気分でもあります。ラボッツも良い食感で、とっても美味かったですよ。何でも思い込みって大切ですよ！

