

カレンの台所

滝沢カレン

Karen Takizawa

sanctuary books

鶏の唐揚げ



ヘルシーに見えてそうじゃない、
高カロリーに見えてそうでもない、

どちらも決めるのは胃袋ですってことにします。

今回はただただ食べたい、知らない人を知らない唐揚げを久しぶりに作ってみました。

油物がほんとは大好きで、でも油物はカロリーやら太るやらと可哀想な扱いされがちなので、なるべく外では油物を食べないで家で自分が作る時だけは食べていい、という決まりにしています（たまにはご飯屋さんでもそりゃ食べる）。

なぜなら、やはり味付けから肉の種類、油まで全部自分で確認できるからです（こだわり強そうに見えてそこまで強いわけでもないのご安心を）。

誰だって熱い油は嫌いだが、口に入れる油は大好きですよ。

私もその1人です。「**油物こそ、目でみる、自分で作れ**」と言ってるのが私で、これは家系が続くかぎり言い伝えに残したいです。

私が家で唐揚げを作るときのお決まりをご紹介します。

唐揚げは鶏もも肉がおすすめです。ご自分の食べたい分だけお買い上げください。それを子どもの頃に集めたガチャガチャサイズくらいの形に切ります。

私は味が濃いのが好きなので、今から話すことは味濃いいと思いながら聞いてください。

薄いのが好きな方はこれから話すよりは自分で決めてくださいね。

そうでしたら、スタートです！

まず、透明度まではいかないがスーパーでよく見かけるしもらうビニール袋を二重にします（豪快な方はジップロックなど）。

そこに冷たい何も知らない鶏肉を入れてあげます。

やれやれとポツタリくつろぐ鶏肉に、上からいくつかかけ流していきます。

まずリーダーとして先に流れるのは、お醤油を全員に気づかれるくらいの量、お酒も同じく全員気づく量、乾燥しきった粒に見える鶏ガラスープの素を、こんな量で味するか？との程度にふります。

入れすぎても入れなさすぎても、あまり変わるわけではないので気にしすぎもよくないです。

そして匂いが取り柄なにんにくすりおろしかチューブ、生姜すりおろしかチューブを、鶏肉ひとつに**アクセサリーをつけるくらいの気持ち**でつけてあげてください。

あとはごま油をご褒美あげるくらいにします。

最後に気前よく塩胡椒して鶏肉への刺激は終わります。

順番は自由です。

そうでしたら開きっぱなしの入り口を柔らかく結んでください。

あとでまた開けます。

自分が二の腕気にして触ってるくらいの力で鶏肉をさらに最終刺激します。

男のみなさんは自分の力を見せない程度にしてあげてください。

うわっコリゃすごい色だ!と濃さや匂いに驚かれてる方は、15分くらい冷蔵庫で冷やしたらもう漬けるのをやめましょう。

わぁもういい匂いだお腹すいた!と笑顔になる方は、そのまま30～60分冷蔵庫にて鶏肉を休ませてあげてください。

あっという間に、待たせている鶏肉を思い出す時間になります。

面白いくらいにブったりした鶏肉があるはずです。

好き好きな入れ物に片栗粉と少しの小麦粉を入れて、潤い満タンの鶏肉を一気にパサパサ雪世界にしてあげます。

あ、その前にみなさん激熱油は用意できてますか？

私はたまにの油物なので、ここは贅沢御免でオリーブオイルを170度くらい熱々にします（飛び跳ね、指を入れるなど命かけてしないでください）。

熱々に見えなくてもそこは想像を絶する熱さです。

170度にいきましたら、パサパサ鶏肉をおにぎりを一握りの気持ちで**「いってこい」**の後押しで油へ。

すぐさま何かしらの反応を見せたら、あ、楽しくやってるな、と見過ごしてあげてください。

何の反応もしてくれなかったら一旦取り出してください。油がまだ

170度ではありませんそれは。

そして全体的に薄茶色になったら、一旦油取り紙（料理用）みたいのに移し、さらなる高温に油を熱くします。180～190度にして、懲りずにまた唐揚げを油へ沈めてください。

だんだんとキャピキャピ音が高くなってきたら、**ほんとに出してくれ**の合図です。

しっかりここではコミュニケーションとってください。
これ以上茶色な唐揚げ見たくない！ってタイミングでもいいです。

みなさん、「何事も早くがいい」と言われても、先に190度など高温にしてしまうと焦げたり中はまだあつまってないですから、気をつけてくださいね。

そんな鶏の唐揚げの物語でした。

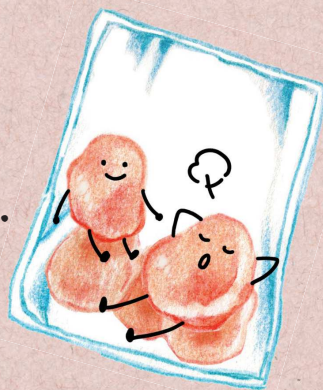
安全第一で無理矢理な時は油物は控えてくださいね。
でもたまーの大量油は身体もそこまで困らないと思います。

ぜひ、よろしくお願いします。

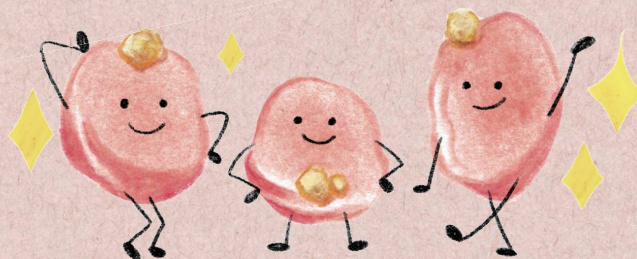


Story

やれやれと
ポツリくつろぐ鶏肉たちに…



お醤油とお酒を全員に
気づかれるくらいの量かけ流します。



にんにくと生姜は
アクセサリをつけるくらいの気持ちで。



鶏肉たちを一旦取り出して、
懲りずにもう1回油へ沈めましょう。

できあがり



ハンバーグ



何をしてるんですか？ 今日の台所は、私の右手にかかれば小さな自慢にもしたいハンバーグです。

昔の掛け軸に出てきそうな山に見えてますのがハンバーグです。

積乱雲のようにそびえ立つのは、サニーレタスです。

ハンバーグだけで言うなら間違いなく年齢分以上に作っています。

なぜなら、大好きな食べ物チーズがこの世にないとしたら第1位だからです。

今日はそんなハンバーグを4～5個作るときのお話です。

今回は当たり前前に混ぜり合う合いびき肉、目つぶし覚悟の玉ねぎ、そして食品界のダイヤモンドな卵、あとは湯に入れるとふやけるお麩をご用意ください。

腰を上げる作業から始めたら楽ですので、最初は玉ねぎとの戦いで、あんだけ丸々と成長したというのを見るも耐えられない形にしていきます。子どもの頃に糸を通して遊んだビーズくらいにしてください。

粉々にこちらがすると、向こうは抵抗したいのか対抗してるのかでギリギリまで目つぶしスプレー出してくれますので、気合いをお願いします。

そうしましたら、フライパンにて玉ねぎには悪いですが、染みさせられた気持ちをバネにして玉ねぎを厳しく追求するように炒めます。

明らかな茶色になる前くらいにおやめください。

さて、みなさん大好きな手触り時間です！

ボウルに仲良し合いびき肉（私は豚7:牛2）、炒めた玉ねぎ、卵1個、塩胡椒むせるくらい、マヨネーズをハンドクリーム1回分くらい入れましたら、魔法のお麩を入れてきます。

お麩は子供心に戻って粉々にしていきます。

見た目は暴れん坊な私たちですが、だれも見えてませんからお気にせず。

粉々なお麩は自分の手のひらだけを信じて入れてください。ちょっとやそっとの力じゃ形変わらないだろ、という時にお麩の力はいらなくなります。

まだまだ独り立ちできないくらいグラグラならお麩の力を足してください。

さあここからは無邪気に**こんちくしょう**と混ぜてください。

遊んだあとはお片付け。を唱えながら、食べたい形にしていきます。

焼くと、恐縮したように縮まりますから自分の予想と今を考えながら形にいきます。

待ちわびる空室なカラカラフライパンに保湿がてらにオリーブオイルをおつけください。

うっとり気分かと思えば、強火で温めていきます。

見違えたように綺麗な肉丸たちをフライパンに円卓机で話す家族のように並べていきます。

全員が窮屈じゃなく話せているなと思ったらそれをしばらく眺めてください。

1～1分30秒でしょうか。**え、何勝手に洋服羽織ってんの!?**と思ったら、その驚きを味方にひっくり返してください。茶色のあったかそうな洋服を着てるはずですよ。

あまりにコゲ茶または黒の服を着ていた場合は焼きすぎです。また次回に期待しましょう。ひっくり返したら中火にしてもいいですよ。

中火で1分くらい焼きましたら、急にお酒をなんの合図もせず振りまいていきます。ハンバーグに半身浴させる量入れます。

そうしましたら、蓋を閉めて一気に蒸し風呂状態にします。弱火くらいで許しましょう。

すると屋根から汗が出てきます。この状況を7～10分見つめます。心配な方はひっくり返し、また蒸し風呂を見下ろします(2～3分)。

あまり焼くと、頑なでわがままなハンバーグだと思われるので、柔らかく優しいハンバーグでお願いしたいです。

透明の液体が溢れ出てましたら、中までしっかり息通ってます。赤い液体が出てきたら、まだ話終わってないと思ってください。

蓋を取ったら少し弱火から中火にしまして、最後の水分を飛ばさせてください。

あまり飛びすぎてしまうとまたカラカラフライパンに逆戻り、にだけはさせないでください。

油や肉汁や水分はやがて使うので居残りメンバーです。

ハンバーグを草、実を添えたお部屋（お皿）にお連れしたら、居残りメンバーをさらに引き立たせていきます。

同じフライパンに残り汁ありますよね？

バターを食パンにいつもながら乗せるあの量入れ、お醤油とお酒をフライパンの周りを駆け抜ける程度入れたら、みりんを潔くお醤油よりもお酒よりも入れます。最後にお砂糖を軽々しく、味に甘さを渡します。

これが和風のタレになります。おろした大根にもじゃもじゃ頭のように大葉をちらしてあげましょう。

こってりを好く方には、こちらもおすすめです。

同じく残り汁にバター、赤ワイン1杯飲む量、お砂糖心ばかり、ケチャップ、ウスターソースを目ん玉2個分くらい、お醤油を使ったか使ってないか誰も分からないくらい入れて煮詰めます。

ワサワサとして明らかにゆるやかなスピードになったら、ソースのできあがりです。しっかり赤ワインのアルコールを天に天にと飛ばしてください。

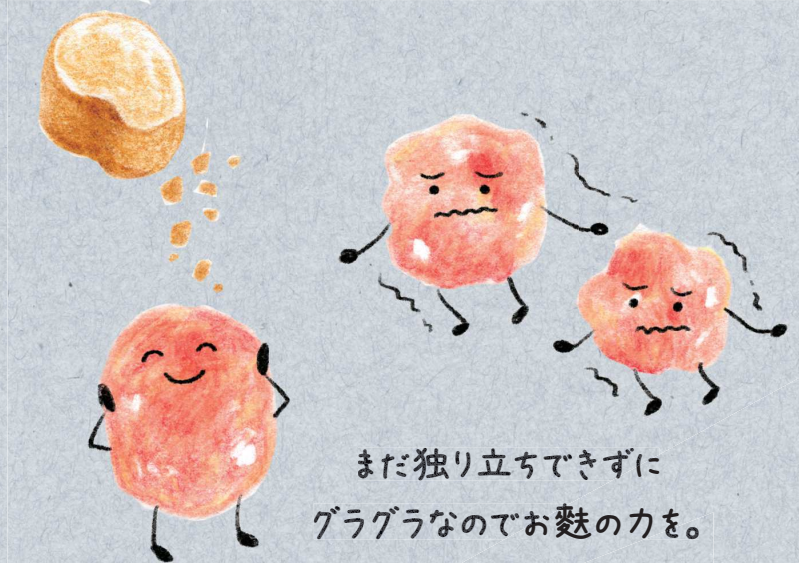
ハンバーグにかけて、最後になんの状況も知らずに急遽冷蔵庫から呼ばれた生クリームをふっかけて完成です。

ハンバーグはこう思うとふんだりけったりな調理はされてますが、口に入れば私たちを幸せの絶頂に運んでくれて、

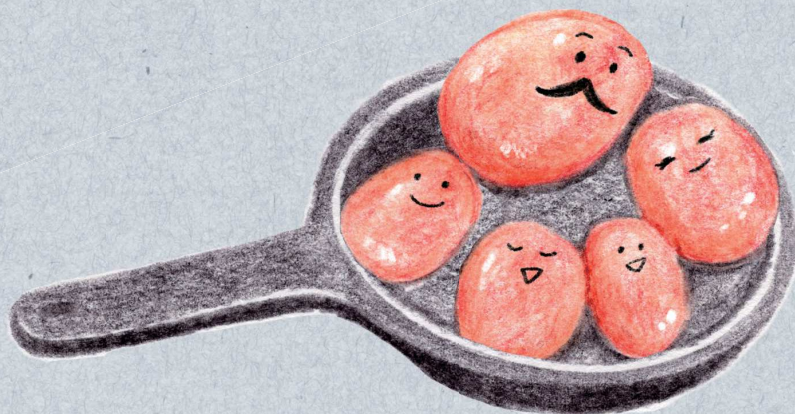
まさかあんな目にあってたとはと思わせてくれます。

さよなら。

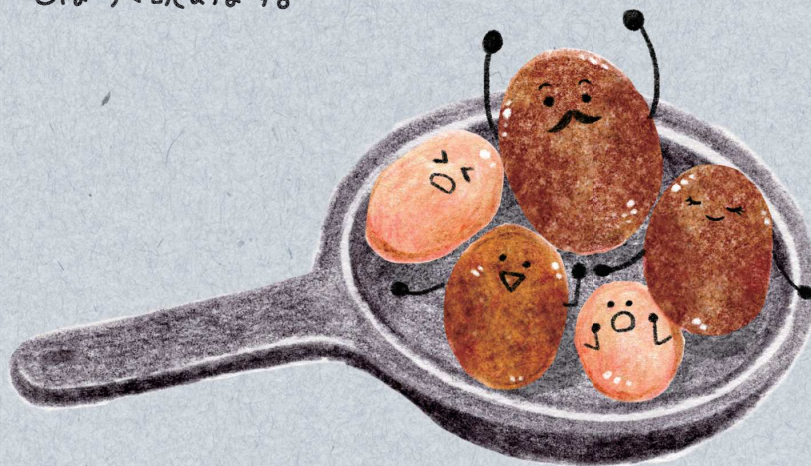
Story



まだ独り立ちできずに
グラグラなのでお麩の力を。



家族全員が窮屈じゃなく話せていたら
しばらく眺めます。



茶色いあったかそうな洋服を着ていたら
ひっくり返してあげましょう。

できあがり



ロールキャベツ



本日は包まれたい欲の強い乙女なひき肉と、包みたい欲が強いキャベツの男気溢れるロールキャベツを作りました。

ラッキーな出会いをした5つ包みの話をします。

男気キャベツは男試しに、まずは1枚1枚丁寧にキャベツを剥がしていき、熱湯で茹でられている真っ最中です。

どの葉がいちばん男として強いかを、見定めていきます。

おっきな包容力がありそうなキャベツ男には率先して先に乙女な豚ひき肉と一緒にする権利を与えましょう。

一方で、乙女な豚ひき肉はハンバーグの作り方と似ていますが、キャリアウーマンな自立型ではなく、守りたいと思われるのがロールされる理由です。

ひき肉には、玉ねぎ粉々、マヨネーズをお賽銭程度、卵を1個、お麩の粉々を鈴が2回なるほど、そして頼りっぱなしの塩胡椒をみなさんにふりかけるようにお願いします。

マッサージを惜しげなくしたら、綺麗な形に整えていざロール時間です。

両手をバサッと大袈裟に開いたキャベツ男の胸元に、豚ひき肉乙女は飛び込みます。

そして両手をそおっと右、左と包んだら下から上にと巻き込んでロールします。

豚ひき肉乙女が完全に私たちの目からいなくなったら両想い確定ですので、結婚指輪がてらに爪楊枝などの棒をぶっ刺して離れないように誓ってもらいます。

ロールしたときに横から豚ひき肉乙女がはみ出ていたら包容力オーバーですので、少しひき肉の形を変えるか、ほかのキャベツ男をお選びください。

まだまだたくさんキャベツはいるはずです。

それぞれ自分に合ったキャベツに出会えて、幸せなキャベツ男の背中しか見えなくなったら、お鍋やフライパンに式場を用意します。

先に薔薇の床のようにトマト缶を流し入れ、コンソメカサカサをひとつの花束くらい添えて、部屋を整えていきます。

愛の赤が足りないよと神父様から怒られるので、赤を足すためのケチャップを濃い赤にするまで入れます。

と、いった割には不安になったのか、水も1人で飲むくらい入れます。

最後に客入れの塩胡椒をしましたら、いざロールキャベツの入場です。

合同結婚式はロールキャベツ界では当たり前です。

できあがった全てのロールキャベツで式場がピチピチになるまで詰め込みます。

そうしましたら、あとは若いもの同士で煮詰まってくださいと言うように蓋をして、私たちは知らん顔です。せめて弱火でお願いします。

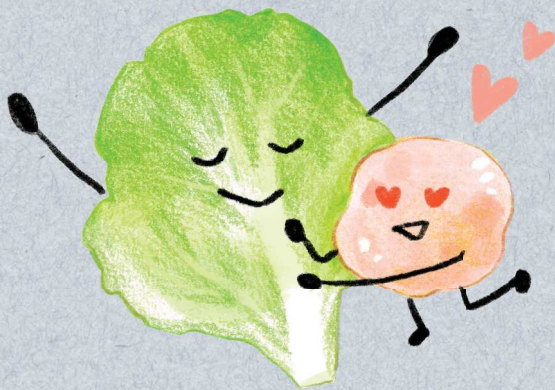
30分くらい知らん顔したら開けてください。

「おいおい、こんなに仲良くなって」とロールさせた私たちはキューピッドですから嬉しくなるはずです。

染み込んだ愛（トマト）をそっとお皿に乗せ、ヴェールのような生クリームを差し上げたらできあがりです。

Story

どの葉がいちばん男として強いかを
見定めていきます。



キャベツ男の胸元に
豚ひき肉乙女は飛び込みます。

結婚指輪がてらに爪楊枝をぶっ刺して
離れないように誓ってもらいます。



式場がピチピチになるまで
詰め込みます。

できあがり

