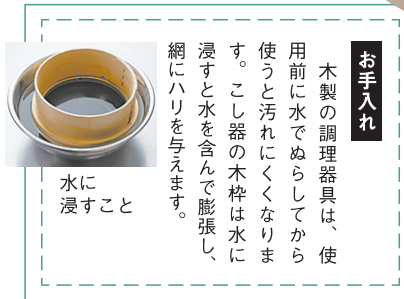




扱いやすいステンレス製。ふりいとしても活用できる



木製の調理器具は、使用前に水でぬらしてから使うと汚れにくくなります。こし器の木枠は水に浸すと水を含んで膨張し、網にハリを与えます。



助手の栗原直人さん



すだれ状の巻き簀は、卵焼きの形を整えたり、大根おろしの水切りをしたり、ポイルした野菜の水気しぼりや蒸し器の下敷きなどでも活躍します。くるっと巻けば場所をとらずにしまえる手軽さも。プラスチック製も出回っていますが、熱に強く、余分な水分を吸い取る竹製がおすすです。

絹のようなきめ細やかさを、この一手間で裏ごし器

のり巻きだけではモツタイナイ 巻き簀



水にぬらして固く絞った布巾やタオルを敷きます



ごりごりごり……軽やかな感触も楽しんで 当たり前鉢・当たり前棒

選び方・お手入れ
大きめのドッシリとしたものがおすすめ。当たり前鉢は、鉢の直径の1.5倍ほどの長さがあれば、より扱いやすくなります。使用後はきれいに洗って、よく乾かしてからしまってください。



煎って当たったばかりのゴマの風味と香ばしさは格別です。たいたり、つぶしたり、練ったり。つくねやつみれなどのすり身作りや、ふかした根菜や芋類のマッシュにも活用してください。あえものは、当たり前鉢の中に具材や調味料を加えて仕上げます。あれこれと器具を使わないシンプルな調理ができるのもいいですね。

おいしく作るために 先人の知恵がぎゅしり
「ゴマをする」とは言わずに「ゴマを当たる」。何ともめでたい雰囲気があります。「日本料理では縁起をかついで言い回しを変えることが多く、教室でも『すり鉢』ではなく『当たり前鉢』と覚えます」

「当たり前鉢」と呼んでいます」と平塚未来先生。また、平塚先生は木枠の裏ごし器を手に取りながら、「板の側面を曲げて作る木製品は、合わせ目を使う人の前に置くという決まりごとがあります。『丸前角向（マルマエカドムコウ）』と覚えます」。

すると、裏ごし器の上で張ってある網の、網目のカドが手前を向きます。「網目にそって力をかけると、伸びてズレが生じます。でも、網目のカドに向かって、ななめに力を入れると網はピンと張ります。目の大きさが変わらぬので、なめらか

な仕上がりとします」と昔ながらの調理道具には、おいしく作るための創意が詰まっています。「使い方のコツを覚えれば、手になじんで日々扱いやすくなつていきます。こまめに手入れすると、驚くほど長持ちします。愛着がわきますよ」

道具を使いこなす
今年服部栄養専門学校の先生方に、伝統的な調理道具の使い方を教えていただきます。便利なキッチンツールがふれている今ですが、正統派の道具たちには、知れば知るほど使いたくなる奥深さがあります。新しい年、丁寧な所作を毎日の暮らしにひとつずつ。ちよっぴりの潤いをプラスしてみませんか。



【教えてくれたのは】
服部栄養専門学校 日本料理専任教員 平塚未来先生

三種の道具で、とびきりの逸品 菜の花白酢あえ

道具を変えるだけで、いつもの白あえが、まるで料亭のような上質のひと品に。彩りも鮮やかながら、口にした時のだし風味と、とろける食感には誰もが目を丸くするはずです。

【材料】（4人分）

- 絹ごし豆腐…………… 1/2丁
- 煎りゴマ…………… 大さじ2
- 酢…………… 大さじ1
- 砂糖…………… 大さじ2
- 濃口しょうゆ…………… 大さじ3/4
- みりん…………… 小さじ1
- 菜の花…………… 1束
- エビ…………… 4尾
- ユズ…………… 少々

<菜の花をつけるだし>

- だし…………… 50cc
- うす口しょうゆ…………… 小さじ1/2
- みりん…………… 少々

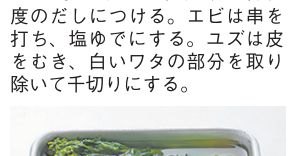
【作り方】

1 豆腐は重しをして水切りをし、裏ごしする。



豆腐の水切り＝重しをのせて2～3時間おく……ほかに、キッチンペーパーに包んで電子レンジでチン、または崩して沸騰した湯に入れ、2～3分ゆでる。キッチンペーパーでしぼる。

2 菜の花は塩ゆでにし、冷水に取った後、吸い物程度のだしにつける。エビは串を打ち、塩ゆでにする。ユズは皮をむき、白いワタの部分を取り除いて千切りにする。

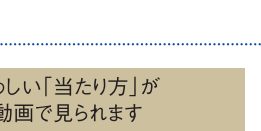


3 当たり前鉢にゴマを入れ、よく当たり、①の豆腐、調味料を入れる。なめらかになるまで、さらに当てる。



つやが出るまで当てる

4 菜の花のだしを①の裏ごしした豆腐と混ぜ合わせる。エビは小角に切る。③と混ぜ合わせて盛り付け、ユズを添える。



かわいい「当たり前方」が動画で見られます



朝日コネクト

マークがついている写真は、スマホやタブレットで動画を見ることができます。
ステップ1 アプリをインストール App Store、Google Playで無料アプリ「朝日コネクト」を検索してください。
ステップ2 動画の読み込み アプリを起動して「日付選択」で1月20日（発行日）に合わせ、写真にかざしてください。
詳細は <http://t.asahi.com/connect/>