椿寿司

［材料］
もち米……５カップ
黒豆……１００ｇ
砂糖……大さじ２
塩……小さじ１
酢……大さじ１
ごま塩……適量
錦糸卵……適量
椿の葉……適量

［作り方］
① なべに黒豆を入れ、黒豆の４～５倍の水を入れて一晩おき、火にかける。ていねいにあくをすくい、途中で差し水をして豆がやわらかくなったら砂糖をいれ、塩で味をととのえる。豆に味がしみこんだところで火を止め、汁をひたひたより少し多いくらいに調整し、最後に酢を入れる。
② もち米は洗い、水に浸して準備をしておく。蒸す前にざるにあげ、水気をきる。蒸し布にもち米を入れ、蒸し器にかける。湯気があがって、もち米が透明になるまで約１５分蒸す。
③ 大きめのバットに、蒸し布ごともち米を移して、そのうえに黒豆をつけ汁ごと入れて混ぜる。つけ汁の量は加減し、かき混ぜながら、何回かに分けて入れる。ここで蒸し器に水を補給しておく。
④ 混ざったら、再び蒸気のあがった蒸し器にのせる。湯気があがって約１０分ほどしたら、できあがり。ここで蒸し具合を確認する。
⑤ 蒸し布ごとバットにおろす。
⑥ おにぎりをつくり、真ん中に錦糸卵をのせる。うつわに椿の葉をのせて、椿の花のように飾る。

ちりめん山椒

［材料］
ちりめん雑魚
　……２００ｇ
山椒……５０ｇ
┌酒……１００ｇ
│しょうゆ……６０ｇ
│砂糖……４０ｇ
│みりん……４０ｇ
└酢……大さじ４

［作り方］
① 山椒は沸騰したなべに、塩をひとつまみ入れて約１０分茹でる。
② 茹であがった山椒を、１５～３０分程、好みで水にさらす。
③ 調味料をあわせ、火にかける。
④ 煮汁が沸騰してきたら、ちりめん雑魚を入れる。
⑤ 煮汁が半分になるまで煮詰め、山椒を加える。山椒を加えたら、さっと炊きあげる。
⑥ からっとさせると日持ちするので、ざるで煮汁を切るか、炊きあげるかする。

★山椒の辛いのを好まれるかたは、水にさらす時間を短く、また辛いのが苦手なかたは、流し水に長めにさらすとよい。山椒は煮汁で長く煮ると固く、また色も濃くなる。
★茹でた山椒をナイロン袋に薄く入れ、一度冷凍します。冷凍した山椒を袋のうえから揉む。ざるにとり、振るうと細かい茎が落ちる。大きい茎は手でとる。

きびごはん

［材料］
米……３合
塩……５ｇ
とうもろこし
　……１/２本
酒……５０ｃｃ
あおもの
　木の芽、三つ葉
　せりなどお好みで

［作り方］
① 米を洗い、あおもの以外の材料を全て加えて炊き上げる。
② 炊き上がったごはんに、きざんだあおものを混ぜる。

★甘いごはんに炊きあがります。お子さんたちにつくってあげてはどうでしょうか。

鶏肉のパインジュウス煮

［材料］
鶏もも肉……４枚
小麦粉……適量
たまねぎ……５個
白ワイン…１００ｍｌ
パインの輪切り
　……１０枚
パインジュウス
　……２カップ
チキンブイヨン…１個
塩……適量
こしょう……適量
ミントの葉もしくは、
ローリエの葉２、３枚

［作り方］
① 鶏肉は人数分に切り分け、塩・こしょうをし、小麦粉をまぶす。
② たまねぎは食べやすい大きさに切る。
③ フライパンにサラダ油を熱し、①を色よく焼き、取りだす。
④ フライパンに、②を加えて軽く炒める。
⑤ 鶏肉をもどし、白ワインを加え炒め、アルコール分をとばす。パインの輪切り、パインジュウス、ブイヨンを加えふたをして、弱火で約２０分程煮る。パインジュウスが分量に足りない場合は水をたす。
⑥ うつわに盛り、ミントの葉などを飾る。

揚げなすのにんにく醤油がけ

［材料］
なす……
揚げ油……適量
にんにく醤油
┌しょうゆ…大さじ３
│酒……大さじ１
│砂糖……小さじ１
│にんにくすりおろし
│　……少々
└ラー油……少々

［作り方］
① なすはへたをおとし、縦じまになるように皮を剥き、４～６つ割りにし、水につけてあくを抜く。
② にんにく醤油の材料を合わせておく。
③ なすの水気をよくふきとり、なすがやわらかくなるまで、油で揚げる。
④ なすが熱いうちに②のにんにく醤油をかける。
⑤ うつわに盛りつけ、あおものを飾る。

★辛いのが苦手なかたは、ラー油なしがおすすめ。