

my recipe
トマトコンカッセ

キッチンで腕を振るう著者

作家でグルメであった開高健が、食のこだわりの限りを書き表わした「最後の晩餐」という本がある。この本の題名はレオナルド・ダ・ヴィンチが、イエス・キリストと十二使徒が受難の直前に供にした晩餐を題材として製作した有名な作品と同名である。しかし、この本の表紙には「腹のことを考えない人は頭のことも考えない S. ジュンソン博士」という格言らしき言葉があって、この本の内容を暗示している。分かったような分からないような言葉であるが、食べることにエネルギーを費やしたこの作家の打ち込みようが伝わってくる。私は、この作家の迫力には遥かに及ばないが、食にこだわりを続けている。

前置きが長くなったが、私は、食べることが好きなのが高じて食いたいものは自分で作ろうと心がけて幾つかの料理を作ってきた。その中で料理の素材となるトマトコンカッセは応用範囲が広く、多様な味付けに対応できるのでご紹介する。

夏の八百屋には、近所の農家のトマトが山盛りで並んでいる。大きさも形も不揃いだが畑で十分熟しているの、トマトの香りと味が詰まっていて魅力ある素材である。

材料は、よく熟れたトマト2キロ〔中ぐらいのトマト8個ないし10個〕、タマネギ3個、ニンニク1個の半分、オリーブオイル、月桂樹の葉数枚を用意する〔以上、大体の分量である。量を増やすときはこの倍

会員 今井 勝 <24期>

数とする〕。トマトは湯せんして皮をむき、へたを取り除き、立て割りにして果肉と種を別々にする。種を取り除くときに出るトマトのジュースも使うのでザルをボールで受けて種を取り除くとよい。トマトの皮、種、へたは棄てる。タマネギはミジン切りに、ニンニクはスライスにする。

寸胴鍋を温めてオリーブオイルを鍋底一杯に敷いてスライスしたニンニクを入れる。ニンニクの香りをオリーブオイルに移すのであるから火加減はトロ火とする。ニンニクが狐色になってきたらタマネギを加え、木のヘラで焦げ付かないようにかき回しながら約20分ないし30分間トロ火で炒める。タマネギが狐色に染まってきたらトマトの果肉と月桂樹の葉を加えてヘラでかき回しながら煮詰める。煮詰まってきたらトマトジュースを加えて更に煮詰めてヘラが重くなってトマトの表面がボツボツとなってきたら出来上がり。この段階まで塩、コショウなどは加えない。冷えてから、ビニールの保存袋かタッパーに小分けしてフリージングしておくで長期保存ができる。

この間の所要時間は約3時間である。夏の暑い最中にガス台の前で鍋をかき混ぜるのであるから、数本の缶ビールは必需品である。

使い道は多様である。電子レンジで半解凍して必要量を包丁でゴリゴリ削るとよい。トマトソース系ならば、ミート〔挽肉〕類、ベーコン類、魚貝類などに合わせて、適宜マッシュルームを加え、コンソメ、オレガノ、塩、コショウで味を調え、細めのゆでたてのスパゲティに加えるとできあがり。鶏肉や白身の魚のソテーの付け合せにトマトソースを添えると色取りが美しい。その際、魚系にはバジルやタイムなどを加えると味に変化をもたらす。オムレツの付け合せには市販のケチャップよりおいしい味がする。その他カレーの隠し味として加えると味に深みがでる。

この他にも多様な組み合わせがあるので、楽しみながら新しい発見を探し求めている。