



料理を嗜む

会員 篠田 恵里香 (61 期)

1 私にとっての料理

料理とは何か。私にとって料理は、「人に喜んでもらうツール」であり、「自分の楽しみ」でもある。自分の作った料理で、笑顔になってもらえるのは、とても嬉しい。そのため、料理を人に振舞う機会を少しでも多く持ちたいと思う。

どういうイメージか、よく、「料理しないよね」と言われる。しかし、私は「料理好き」である。料理は、私にとって常に身近だ。小さい頃から両親が共働きで、食事は自分たちで作っていたし、ホテルマンだった頃は、シェフの見事な腕捌きを間近で見っていた。

絵やクラフト作りなど、「作る」ことが好きな私にとって、料理は「創作欲」を満たす日常の癒しともいえる。同じ材料でも作る人によって味が変わり、その姿を変える様は実に趣き深い。その場の思いつきで、材料や調味料を試しに混ぜてみるのは冒険だが、「美味しい!」と思えるレシピが生まれたときは、爽やかな喜びである。自作レシピを増やすのが今の趣味である。

2 15分で5品作ろう

とはいえ、「弁護士」という忙しい職業柄、「30分の煮込み料理」などそう作ってはられない。日頃のメニューは、「ごく簡単」な超時短レシピである。例えば、良く作る自作レシピは、

- ① 刻みパプリカのなめ茸生クリーム和え
- ② 小口ネギとマスカルポーネチーズの生ハム巻
- ③ 卵豆腐の青のりドレッシング&生クリームソース
- ④ おぼろ豆腐の練り雲丹生クリームがけ
- ⑤ おくらともずくのすし酢和え白ごまのせ
- ⑥ かぶのカルパッチョ岩塩とオリーブオイルがけ

など。これらは、その名の通り「合わせるだけ」のレシピで、味付けもほぼない。ただ、おすすめなのが、某スーパーにて600円ほどで購入できる「トリュフソース」である。これを1、2滴垂らすだけで、高級フレンチのような香りを与えてくれる。卵かけご飯にもおすすめだ。

- ⑦ 根菜の冷製スープ
- ⑧ きこのポタージュ

これらも実に簡単である。個人的には「佐賀県産たまねぎスープ（粉末）」の使用をお勧めするが、コンソ

メでもよい。粉末と水と具材（かぶ・ごぼう・大根・まいたけ等）をレンジでチンして、牛乳・生クリーム、塩コショウで味を調えミキサーにかけるだけ。仕上げにオリーブオイルとブラックペッパーをかけると風味が良くなる。簡単だが、コース料理の間にちょっと顔を出しそうなお洒落さもある。

以上が前菜系レシピだが、手前みそがなかなか美味しい。ごく簡単なので、のんびり屋さんでも20分で5品は作れるはずである。私の場合、「15分で5品」をモットーに、包丁片手に阿修羅像のように奮闘しているため、その間、夫はキッチンには近寄れない（笑）。

3 家事を趣味に

弁護士の業界でも、家事と仕事の両立に悩み、料理が「義務」と感じる方は多いだろう。しかし、せっかくやるなら、料理も楽しいほうがいい。食器も安くお洒落なものが増えたので、盛り付けも自作で楽しんでしまえばいいと思う。

料理とは無縁、なんて方も、上記レシピは簡単なので、僭越ながら是非作ってみてほしい。また、料理をむしろ「楽しもう」と思える方が少しでも増えたらこの上ない幸せである。最後に、この投稿で私に対する「料理ができない」疑惑を払拭できることを祈っている。

