

Relax Time
For Your Heart.

ミヤコメール

Miyaco Mail

No.15 1996 ~春号~



こんにちは、Miyacoです。みなさんお元気ですか。
春は新学期のスタート。なぜかお弁当にも力が入ります。
ポカポカ陽気のうれしい日には、お弁当作ってどこかへ行きた
なりません。そんなあなたにもお役立ち、Miyacoがお弁当について考えてみました。

弁当のしじまり

弁当は平安時代、宮中や貴族の家で饗宴があるとき、下級の者に系合付された強
飯のむすび＝握り飯＝屯食が前身といわれています。
これが梅干しと結びついて弁当のひとつの型ができあがりました。
手のひらに塩水をつけて握り、関西ではたいてい俵形に作り、黒ごまをまぶし、関東
では円形または三角形に作りました。梅干を包んで焼いた握り飯は旅行用に適
しました。武家社会以後、兵糧や旅の携帯食として現在の形の弁当が普及しました。
弁当が必要とされる場合でまず思い浮かぶのは、屋外の労働(農家なら田植えや稲刈
りなど)で家に帰って食事をとれない場合です。昔々、箸はそのつど木の枝などを利
用することが多かったそうです。そして使用後は必ず折って捨てる習慣がありました。
それはオオカミ、キツネ、タヌキや魔物のたぐいが、その箸をとおして
使った人間へ災禍をもたらすという発見念があったからです。



幕の内と駅弁

お弁当という思いつくものの中に「幕の内」と「駅弁」
があります。これは自分で作って持って行くものとは
違うので、蓋を開ける前の楽しみも味わえます。そこでこの2つについて少し調べてみました。

幕の内 握り飯に汁けのない料理をそえた弁当のこと。江戸時代に日本橋界わい
の芝居小屋の関係者が用いたのが、見物人にも広まって、ぜいたくな副
食物をそえるようにもなった。幕間に食べたのでこの名前がある。

駅弁 第1号は明治18年(1885年)7月というから、およそ100年前である。
現在の東北本線の前身、上野-宇都宮間を開業した際に、宇都宮駅で
売り出したのが始まりである。発売元は江戸時代から宇都宮で旅館業
を営んでいた白木屋。内容は梅干入りの握り飯にたくあんを添えたもの
で、竹の皮で包まれていた。定価は2銭(今だと600円程度)。
本格的な駅弁が登場するのは、明治21年12月山陽本線が姫路まで
開通したとき。姫路駅で売り出されたものは、折箱に焼き魚やかまぼこ、
きんとんなどを詰め合わせた、今日見られる幕の内弁当であった。



ごはんのお弁当

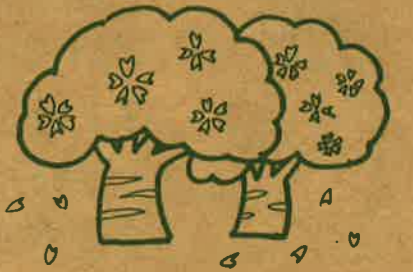
前の日の残りものをそのまま詰めたのではちょっと味気ないので、どんぶりものにしたり、
のり弁にしたりしてひと工夫してみました。

<p>天とじ弁当</p> <p>天つゆを煮立てたところに 天ぷらを並べ入れ、卵で とじる。これをごはんの上 のせてできあがり。</p> <p>色どりがさびしいときは、 青のりをパラパラとふる。</p>	<p>カツ弁弁当</p> <p>玉ねぎやにんじんをだし汁・ しょうゆ・みりん・酒・砂糖 で煮たところへ、食べやすい 大きさに切ったカツを並べ入 れ、卵でとじる。これをごは んの上のせてできあがり。</p>	<p>きんぴらのり弁当</p> <p>ごはんを1/2量詰め、しょうゆ を含ませたおかかを敷き、さ らにごはんを詰める。 焼きのりを敷いて肉入りきん ぴらをのせてできあがり。</p>
---	---	---

天ぷら、カツ、肉入りきんぴらとかなりボリュームのあるおかずが
主菜なので、サラダや漬物、くだものなどを副菜にどうぞ。

春は桜

桜の花という思い出するのは、有名な花見の銘所ではなく、とかい真過ごした小学校の桜です。
(とても私的でかつローカルの話ですみません。)グラウンドの周りをぐるっと木々が囲み、そこから小高い
丘に登ったところに校舎があるのですが、その道中も桜の木がちょうど良い間隔で植えら
れているのです。4月の中旬から見ごろとなり、小学校は桜のドレスをまとったようになりま
す。クラスの記念写真はいつも桜をバックにとり、今では毎年
お花見給食(これは残念ながら私たちの頃にはありません
でした。)をしているそうです。夜はナイター設備のライトに灯が
ともり、まだまだ寒い新潟の夜なのに、お花見に集う人
はいっぱい。春になると一度は見ななきゃ気がすまない桜の花
についてお話をさせて頂きました。



パンのお弁当

お弁当というごはんのイメージが強いと思いますが、パンも大好きという方も多いと思います。それに無性にサンドイッチが食べたくなることはありませんか。

ロールサンド弁当

●サンドイッチ用のパンに辛子バターをぬる。

[ソーセージ&チーズ]

パンにスライスチーズをのせ、その上にさつゆでたソーセージをのせ、クルッと巻き、巻き終わりを下にする。

[ハム&ポテト]

ゆでてつぶしたじゃがいもに塩こしょうをして、パセリのみじん切りをまぜる。パンにハムをのせ、その上にポテトをのせクルッと巻き、巻き終わりを下にする。

●2種類をオーブントースターで5分程度焼き、粗熱をとってからラップでくるむ。

その場でサンドイッチ

サンドイッチは具を用意する他にぬって、はさんで、切ったりなど、かなり手間がかかります。そこで具とパンを別々に持って行き、食べる時に好みの組み合わせではさみながら食べてみるのはいかがでしょう。

具としては、たとえば……

- ツナポテト
- ハムやスライスチーズ
- 卵ペースト
- トマトやきゅうりをスライスしたもの
- ヤシタスを適当にちぎったもの
- 好みのジャム



お堅い話 — その12

前回でハロゲンヒーターについての話は終わりましたので、今回は電子レンジについて語りしたいと思います。電子レンジを上手に使いこなすためには、まずそのものを知らなくてはうまくないでしょう。そこで調べてみたところ、電子レンジの熱源は「電波」というくせ者でした。では、ここから少し勉強してみましょう。

電波とは高い周波数を持つ電磁波のことで、目には見えませんが、太陽の光の中にも含まれています。電波は光の性質と電気の性質の両方を兼ね備えています。電子レンジの電波は極超短波と呼ばれるもので、1秒間に24億、5千万回も振動する性質をもっています。

さて、そもそも電波は変身の術にたけており、テレビやビデオに入れば映像になり、ラジオやステレオに入れば音声に、電子レンジでは熱に変わります。今さらながらその不思議さに感嘆しています。

電子レンジは現代社会にとっても普及していますが、ここで素朴な疑問を、



Q: 電波のあつた食品を食べても大丈夫かな?

A: ラジオを聞いたり、テレビを見たりしてもどうもないのと同じように、電子レンジで加熱した食品を食べても何ともありません。

Q: 電波がじかに体にあたらないかな?

A: 電波は庫内を出られない設計になっており、安全性の点も安心です。

次回は電子レンジの加熱のしくみ、電子の重要な性質についてお話しします。

さて、今回のミヤコメールはいかがでしたでしょうか。

次の夏号のテーマはヒミツです。



…またこんなミヤコメールですが、年4回季節ごとに発行していきたいと思っています。もしも続けて読んでみたいという方がいらしゃいましたら、下記の住所までおはがきにてお知らせ下さい。その際右下すみの希望券をはがきに貼ってお送り下さい。

from: Miyaco 株式会社 宮崎製作所 0256-64-2773(代)
〒959-12 新潟県燕市小池上通4852-8 (燕小池工業団地)

M 希望⑮

サンドイッチと鉄火巻

サンドイッチは、フランスのジュン・モンターギュ・サンドイッチ伯爵の名を取ったもの。この伯爵は犬のトランプ好きで、食事の時間さえも惜しんで、なんとかトランプを続けながら食事ができないものかと考えた。かくて、パンに肉や野菜をはさんだ簡易食が誕生したのがサンドイッチのはじまりである。



ギャンブル好きが考えることは洋の東西を問わないようで、船屋でおなじみの鉄火巻もギャンブルが縁で誕生したもの。

博徒の隠語で賭博(ギャンブル)のことを鉄火という。賭博場は鉄火場。この鉄火場で長時間の勝負が繰り広げられるわけだが、そこは人間、やはり空腹になってくる。そこであるアイデアマン、マグロの海苔巻をサービスとして出したら、手を汚さずに手軽に食べられるため、これが大ウケ。以後、マグロの海苔巻を鉄火巻と呼ぶようになったということだ。

