

Relax Time
For Your Heart.

ミヤコメール

Miyaco Mail

NO.27 1999 春号



こんにちは、Miyacoです。みなさん お元気ですか。
うららかな春の日、ピッカピカの新一年生が黄色い
帽子をかぶり出足します。ここから卵を連想して
しまうのは 私だけでしょうか。



タマゴとニワトリ

タマゴが先かニワトリが先かというように、タマゴといえばニワトリ。
ニワトリさんが毎日卵を産んでくれるので、私たちは、いつでもおいしく頂けます。
おそらく人類が一番初めに陸上で動物性タンパクを摂取した食べ物は卵でしょうと
いわれています。

東南アジア地域に棲息するキジ科の野鶏が、いつごろから人間に飼育されて、
ニワトリになりました。エジプトの古文書には紀元前1500年ごろ、すでにニワトリが
毎日産卵している記録が残っているそうです。もちろん、今日ほどではないと思っ
ますが、それにしても野鶏は限られた季節に5~10ヶ位しか産卵しませんので、
エジプトの記録は採卵用にかなり品種改良していたことを物語っています。

また、ニワトリは日の出前 東天の白みかけたころ、次に太陽が昇ったころ、
そして夕方の日没前というように1日に3回トキを告げます。
この夜明けを告げる啼き声は、原始の昔には多分に宗教的な意義を
もち、闇夜の悪霊をとり払い太陽のめぐみをもたらすものとして、
人間によって家畜化される動機になったのではないかとされています。

日本でのタマゴ

日本では古墳時代にニワトリの埴輪が残っていることから、弓削生
文化期(紀元前100年ごろ)に朝鮮半島から渡来したと推測されて
います。古事記や日本書記には、天岩戸あまのいわとにかくれた天照大神を
ひき出すために長鳴鶏ながなきどりを集めて一斉にトキを作らせたとあります。



ただ日本人が卵を食べ始めたのは意外と遅く、たぶん奈良時代からです。その後、
仏教伝来で7世紀ごろ殺生を禁ずる戒律が浸透して、卵を食べることは禁止されて
しまいました。卵がはきりと食用にされたのは、安土桃山時代で、南蛮菓子の
カステラやボウロを作る材料としてでした。

明治時代になって、尾張藩の下級武士 海音右平かいおんと正秀の兄弟は職を失い、養鶏を
専業とすることになりました。この2人の兄弟は、「コーチン」と「地鶏」を交配
させて、卵肉兼用品種を作り出すことに成功しました。これを「名古屋コーチン」
あるいは「ナゴヤ」とよび、この新品種が日本における近代養鶏のさきがけに
なっています。

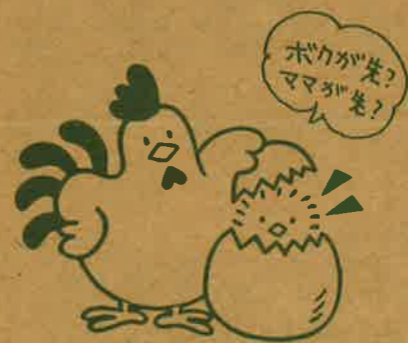
ですが、卵といえば貴重品で、一般の家庭ではなかなか食べることができない
時代が続きました。そして昭和30年代になって、やと一般的な食べ物となり、
今日では「卵は物価の優等生」といわれる程になりました。

タマゴと栄養

卵は栄養的に見ると、ビタミンCを除くすべての栄養素をバランスよく合わせ持っている
完全食品といえます。また、たん白質、脂質の消化率は食品中最高で、乳幼児
患者病人に大切な栄養源であることは間違いありません。卵白に含まれて
いるたん白質のアミノ酸のバランスは生物の体を構成している筋肉のバランス
に非常に近いという特性があります。

また、卵黄にはリンが多く、これはリン脂質であるレシチンを多く含むため、レシチン
には次のような重要な役割があります。レシチンは動物の月経、神経系、肝臓、心臓、
それから植物の種子に含まれていて、生体の重要な役割を持っています。レシチンが
不足すると、疲れやすい、風邪をひきやすい、脳の疲労、アレルギーの原因、悪玉コレステ
ロールが沈着するなど、色々な悪影響があるようです。

タマゴとニワトリ——その2



「タマゴが先か ニワトリが先か」この議論は永遠の
くり返しのようなのですが、ひとつの意見がありますので
ご紹介します。

化石の記録によると、1億5千年ほど前、ハ虫類の
一種が生んだ卵が、鳥類の祖先につながっている、
ということ、進化論的には、タマゴが先、とい
うのが妥当ということです。

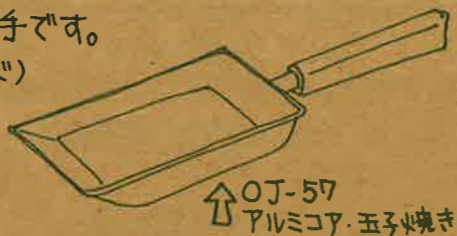
ですが、こんなにおもしろいお話しは永遠に
くり返し語っていたいですよね。

では、そろそろ卵を食してみましょう。卵とフライパンさえあればできるような
料理ですが、フライパン選びがちょっと大変。Miyacoのフライパンの中から
選ぶんですから。

厚焼き卵を作る

まず初めに、ステンレスのフライパンはこげやすいということをお頭において下さい。メーカーがそんなこといってどうするのとお立腹の方もいらっしゃるかも知れませんが、金属の特性ですので、どうかご了承下さい。ステンレスだけではどうしてもこげやすいので、間にアルミをはさんだ厚手のアルミ芯 三層鋼(アルミコア)を使い、できるだけこげづらくてフライパンを作りました。次に料理の腕前がアラスされます。私のフライパン遍歴は、鉄→フッコート、たまーに奥馬車でオナジユや ジオを使う程度なので、ステンレスのフライパンで卵料理をすることは本当に下手です。

そんな私が今回はOJ-57アルミコア(グレスシリーズ)の玉子焼きで、こげやすいといわれる厚焼き玉子に挑戦しました。私にできれば誰にでもできる。変な自信をもちながら、レッツ チャレンジ!

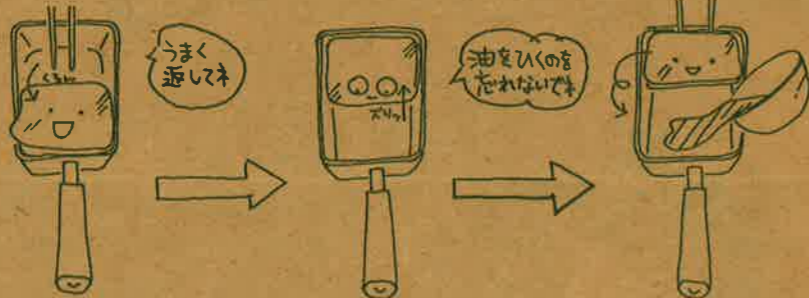


材料

- 卵……3ヶ [今回はお弁当用に小さめに焼いてみました。]
- 砂糖 ・みりん ・しょうゆ……各小さじ1 [味はお好みで調整して下さい。]

作り方

- ①ボールに卵を割り入れ、黄身をつぶしながら泡立てないように溶き混ぜる。
- ②調味料を合わせかき混ぜてから卵に加え、よく混ぜ合わせる。
- ③OJ-57を中火にかけて温め、油をうすくひいて弱火におとす。
- ④卵液の1/3量を流し込む。ジューという音がすればOK。
- ⑤卵液を均一に広げ半熟になったら手前に折り返す。手前まできたら、開いた所にうすく油をひき、滑らせて向こう側へ移し手前の開いた所にもうすく油をひいて卵液の1/3量を流し広げる。これをくり返して完成。



実は1回目みごとに失敗しました。ジューという音がしなかったのです。予熱不足です。くっつきました。こげつきました。仕方がないので取り除き、きれいに洗って再度挑戦。2回目ほうまく行きました。ジューという音も心地よく、はしでクルクル折り返し、もう顔はテングさんになっていたことでしょう。今回はたまたま2回目でうまくできましたが、1週間くり返しくり返し作り続ければ間違いなく作れるようになります。自転車乗りの要領と一緒なのだそう。

また、卵焼き器がフッコートのものや油のなじんだ鉄や銅の場合は毎回油をひくことは必要ないかも知れません。OJ-57も油がなじんでくれば同様かも知れません。卵の量もだんだん増やし、立派な厚焼き卵に成長させたいと思う今日このごろです。

ココアの続報

- POINT
- かくし味の少々の塩
 - ラム酒 少々
 - バニラエッセンス 少々

ミヤコメール NO.26でココアについて語りましたところ、埼玉県和光市にお住まいの板倉裕子さまより、おたよりを頂きました。どうもありがとうございます。ココアの作り方でもおわすペンをとりました。生まれ育った仙台にココアのおいしい音楽喫茶のお店がありました。そのマスターから聞いたコツです。

これでフワワの味になります。さらに生クリームを加えませんがバターを入れても可です。(バターが有塩のときは塩を加減して下さい。)

◎ココアを飲むと頭がよくなるなんて話も聞きますが、急によくなるわけはありませんので習慣にしたいなあなどと思っております。

お堅い話 —— その21

第一次世界大戦やロシア革命の影響で大きく揺れ動いていた燕の洋食器産業についてお話ししてきました。(NO.25 その20) 大正9年、燕の銅器の源であった間瀬銅山(NO.21 その17)が休山となり、銅の産出がとまりました。

この頃、輸出にたよりがちな洋食器を救ったのは皮肉にも大正12年に起こった関東大震災でした。その復興は金物景気を三条や燕にもたらし、さらに家屋生活の洋風化が加わり、洋食器の販売先は内需が輸出を追い越しました。また、大震災の復興は貿易赤字の増大をもたらす結果となり、大正13年、ぜいたく品などの輸輸入税に関する法が公布されました。これは輸輸入の抑制および外貨獲得を考え、高級洋食器などのぜいたく品に100%の輸輸入税を課税しようとするものでした。これによって燕の洋食器の高級化がすすみ、輸輸入高級洋食器に代わってホテルや宮内省、華族会館へも納入されるようになったのでした。



今からちよと昔、町にはタマゴ屋さんがありました。おつかいを頼まれ小銭をにぎりしめて、タマゴを買いに行くと、新聞紙にきれいに包んでくれて固まりながら帰ったものでした。タマゴの分野は奥が深く、また今度お話ししたいなと思っております。

さて、今回のミヤコメールはまいかがでしたでしょうか。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、住所、氏名、電話番号をご記入の上、右下の希望券をはがきに貼ってお送り下さい。

※参考文献:「タマゴ屋さんが書いたタマゴの本」井上貴司著 / 「服部幸應の食料車」

from: 株式会社 宮崎製作所 ☎0256-64-2773(代) 〒959-1276 新潟県燕市小池上通り4852-8(燕小池工業団地)

