

Relax Time
For Your Heart.

ミヤコメール

Miyaco Mail

No. 28 1999 ~ 夏号 ~



こんにちは、Miyacoです。みなさんお元気ですか。
夏です。夏といえばキラキラ輝く太陽。みなさんは太陽から何を連想
しますか。Miyacoでは次のようなものを思いつかべてしまいました。

ヒマワリ

ヒマワリは北アメリカ中・西部地方が原産地で、代表的な大型品種ロシアヒマワリは種子を食用や油料、飼料にするために、ロシア、インド、トルコ、メキシコなどで大規模栽培が行われています。



原産地のメキシコやペルーではヒマワリの花が太陽神の象徴として祭壇などに刻まれたそうです。
種子の含油量は約30%と多く、カロリーはダイズ油に劣りません。油料、飼料のほか菓子用またはセッケン材料として利用されるそうです。太陽をいっぱいあびて育った種です。
それを食することは太陽のようなまわりのような元気をあすそわけてもらうようなものではないか。
ですが、たとえ食べなくても、太陽を全身をあびて咲いているヒマワリは見ているだけでもなんだか元気になりそうです。

ひまわり、日向葵

ひまわりという日本語は、つねに顔を太陽に向けている花という意味ですが、本当でしょうか。一部は本当です。
ごく若いひまわりについては、茎の先の方の若い葉が光の刺激を受け、葉や茎の運搬力を支配するホルモンの生産、運搬力の一定のリズムができることにより重くなるのだそうです。つまり、光の刺激を受けるとホルモンの量が多いところはより多く成長するので、その量が少ない方へ曲がります。陽が沈む頃は西側部分がホルモン量がふえ、夜のうちに逆に曲がります。ですが、ひまわりも大きくなると、このホルモンの生産が減ってきて、茎の細胞も老化して成長しなくなるため、太陽にしたがって

て動くことができなくなるそうです。

パエリアは太陽の味

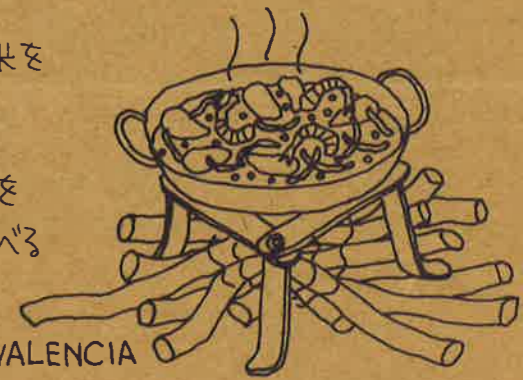
ESPAÑA

太陽の国スペイン。そこには太陽のようなスペイン料理パエリアがあります。パエリアを食べたことがなかったころ、あの黄色いごはんはカレー米分。味つけしてあるんだと思っていました。そう思ったまま初めて食べてみたら、なんとカレーの味はしないではありませんか。トマト、サフラン、パプリカであの太陽のようなごはんができていたのです。

「パエリア Paella」というスペイン語は、ラテン語のフライパンを指す「パテラ」がなまった「パエラ」(金鍋)から転じたものです。本々各パエリアという、金鍋ごとオーブンに入れて作るものと思われている方もいらっしゃるようですが、実はそうではありません。スペインの家庭ではオーブンは使わず、直火で炊き上げるそうです。また、野外で作ることも多く、バレンシア地方などでは、特産のオレンジの木の焚き火で作ることもあるそうです。オレンジの木は樹脂が多く、火持ちが良いので、火加減がしやすいのだそうです。

米の扱いも少し違って、洗わないで煮立ったスープに入れます。米は一番最初に当たった水分を一番よく吸います。だから洗うとそのときの水分を多く吸ってしまい、スープはその次にたまってしまふのです。

ですが米を主食としている日本人としては洗わない米をそのまま調理するのは少し抵抗があります。そんな人はさっと洗ってから作って下さい。スペインでは米も野菜。パンを食べながらパエリアを食べ、その後さらに魚や肉などのメインディッシュを食べるのがそうです。きっとスペインには夏バテなんて言葉はないのでは……!?



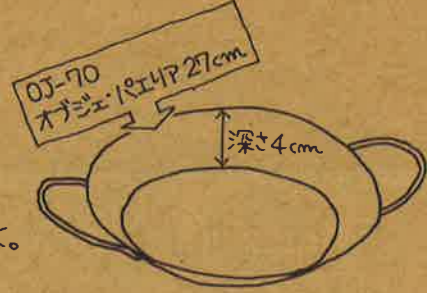
PAELLA DE VALENCIA

海の幸のパエリア

日本ではおなじみのパエリアを「オブジェグリスシリーズ」パエリア27cm (OJ-70)を使って作ってみましょう。

材料 4人分

- 米(2カップ)…… ジャポニカ種でもインディカ種でもOK。水加減で調節を。
- 海老(8尾) ・ いか(100g) ・ あさり(12ヶ)…… 殻つき、砂抜きたもの
- にんにく(大1かけ) ・ トマト(111ヶ) ・ ピーマン(2ヶ) ・ オリーブ油(大さじ1²/₃)
- 固形スープの素(1ヶ) ・ サフラン(小さじ1/3) ・ パプリカ(小さじ2/3)
- 塩、こしょう、パセリのみじん切り、レモン(各適宜)



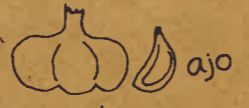
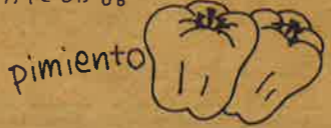
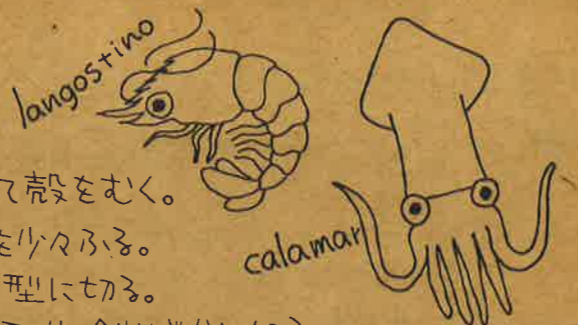
作り方

〈下ごしらえ〉

- ・海老 → 背ワタを取り、尾の節を残して殻をむく。
- ・いか → 3cm平方に切り、塩こしょうを少々ふる。
- ・トマト → へたを取り、たて6等分のくし型に切る。
- ・ピーマン → たて半分に切ってへたと種を取り、斜め半分に切る。
- ・にんにく → 粗いみじん切りにする。

〈調理〉

- ①パエリアパンにオリーブ油大さじ2/3を入れて熱し、海老といかを炒め、表面にかるく焼き色がつき、香ばしい香りがしてきたら、パッドなどに取り出す。
- ②同じパエリアパンにオリーブ油大さじ1とにんにくを入れ、中火で焦がさないように炒める。
- ③トマトを加えてさっと炒め、強火にして水2カップと固形スープの素、パプリカ、サフランを入れ、塩・こしょうで味をととのえる。
- ④沸騰したら米を入れ、1回だけかき回す。水が足りない場合は、ひたひたになるまで水を足す。火加減は中火。
- ⑤パエリアパンをゆらしながら4-5分煮て、米が膨らんだら海老・いか・あさり・ピーマンを飾る。
- ⑥飾ってから10分程度弱火で煮る。水分が足りないときは手打ち水をする。
- ⑦水分がなくなったらアルミホイルで蓋をして、さらに5分程煮る。火を止めて10分蒸らしてできあがり。好みで10秒りのみじん切りをふり、レモンを絞っていただく。



PAELLA

米ごとに水の吸い加減は違うので、足りないなと思ったらすぐに水を加えます。パエリアパンはゆすりながら調理しますが、取っ手は必ず熱くなりますのでご注意ください。お味は あこげ がたまらず美味しく、お試しあれ。
 今回は本格的にパエリアを作ってみました。ほかにも焼きそばを作ったり、アイスクリューでからめたり、冷凍ピラフを温めたりしたら、そのまま食卓へといった気軽な使い方もできます。保温性が良いので冷めにくく、お皿洗い1枚分だけトクした気分になります。

お堅い話 — その22

第1次世界大戦により重化学工業が進展したとはいえ、日本の輸出品の大半は繊維製品及び中小企業の製造による雑貨であり、それらの輸出によって近代技術や機械の輸入がなされていきました。大戦後の反動不況は輸出品の停滞と国際収支の悪化をもたらし、雑貨工業を担当する中小企業群の経営危機をもたらし、そこで政府は輸出拡大と中小企業の振興のための社会政策を取らざるを得なくなりました。そのひとつとして燕の洋食器業界は重要輸出品工業組合法の適用を受けることとなりました。(大正14年)

その内容は、主な事業は生産統制であり、共同施設の設置と利用、さらに指導、委託加工に要約されます。

燕の洋食器業界はこれを受けて洋食器工業組合を設立しました。(大正15年) この組合が実際に活動を開始したのは昭和2年で、その内容は①輸出品の検査 ②価格の協定と数量調節 ③共同伸銅所の運営 ④組合員の利用できる加工機を備え、加工そのものも手数料を払って委託できるようにした。⑤共同販売(原則的には輸出品はすべて組合を通した。)

以上のような活動に支えられて洋食器生産の形態はどう変化したのでしょうか。その1. 製品検査によって粗悪品の出現が防止された。その2. 共同伸銅所によって燕の洋食器に合う材料が安く入手できるようになった。このような変化は見られましたが、組合の結成と活動力が即時に洋食器生産の拡大に結びついたわけはありません。相変わらず戦後不況の中で生産額のはのび悩んでいましたが、組合の結成と活動力が産地の競争力と生産基盤を大きく強化して昭和8年頃からの拡大期を迎えることとなります。

新潟は日本海に面していますが、この日本海に沈む夕陽というのがすばらしいのです。この夏新潟方面へと考えていらっしゃる方はぜひ夕方海の方まで足をのびしてみてください。



さて、今回のダイヤメールはいかがでしたでしょうか。また、こんなダイヤメールですが、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っしゃいましたら、下記の住所までおはがきにてお知らせ下さい。その際住所、氏名、電話番号をご記入の上、右下すみの希望券をはがきに貼ってお送り下さい。



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)

M 希望 28