

Relax Time
For Your Heart.

ミヤコメール

Miyaco Mail

NO.38 2001~2002 冬号

こんにちは、Miyacoです。みなさんお元気ですか。
 突然寒くなってそのまま冬に突入してしまったような気がしていましたが、
 みなさんは体調など崩していませんか。あたたかいものを食べて、ぐっすり眠る。
 これは健康のための基本かと思っております。食べているときと、ふとんに入った
 とき、幸せを感じるのには私だけではないはずですよ。

ぎんなん

ぎんなんは秋に収穫されるものではありますが、これを食べるときを
 思い浮かべると冬のことが多いような気がしています。新潟では
 お正月には欠かせない郷土料理「のっぺい」の必須アイテムになります。
 ぎんなんは落葉高木イチョウの種子。イチョウ科の植物は、恐竜が
 いた中生代ジュラ紀に最も栄えたといわれるほど、古い歴史を持っています。
 この木が日本に渡来したのは、寺や神社の境内に老樹が多いことから、6世紀半ば
 の仏教伝来とともに、僧侶の手で運ばれてきたのではと考えられています。
 ぎんなんは生命力の強い種子。昔から即効性のある強壮、強精の薬用として
 用いられてきました。中国ではスタミナ食や薬膳効果のある食べ物とされています。
 その栄養はといいますと、たんぱく質、脂質が多く、ミネラル、ビタミン類をバランスよく
 含んでいます。ただし、食べすぎると、アルカロイドの成分があり、消化不良を起こす
 ので、何事もほどほどが良いようですね。
 今では殻も薄皮もむいて水煮したぎんなんがパックになって売られています。
 とても便利な世の中です。それでは次にぎんなんも使ったお料理を教えて
 もらいましたのでご紹介しましょう。

豊永さんちの 和風グラタン

日頃から大変お世話になっている豊永屋さん 改め マザキキッチンと
 いうお店をやっている豊永敦子さまからお寄せいただきました。
 キッチン用品、生活雑貨などなど、さらにお料理教室もやってら
 しゃるなんて...!高知市にあるお店なので残念ながら行ったことはな

ないのですが、きっとおいしいにおいもたごうあたたかいお店、と思い描いております。

《材料》

- たまねぎ 1個
- きくらげ 適量
- しいたけ 1~2枚
- ぎんなん 適量
- えび
- ゆりお 1株

【↑こまでは茶わん蒸しの材料と同じです。】

- 薄力粉 1/3カップ(70g位)
- 牛乳 200cc
- 生クリーム
- 水

塩、コショウ、白ワイン、白だししょうゆ
 チーズ 好みの味付け用

《作り方》

- ①材料を適当な大きさに切り、全部鍋に入れる。さらに、牛乳、生クリーム、水も入れる。ついでに薄力粉も乗せるように入れてしまう。
 - ②鍋を中火にかけ、ふたをする。沸いたら弱火にし、ふたを取り、木しゃもじで粉がだまにならないように混ぜる。
 - ③全体にきれいに混ぜたらふたをし、弱火で材料に火をとます。
 - ④好みの味付けをし、チーズをのせ、オーブン200度で8分ほど焼く。
- ★M このときジオプロダクトや十得鍋を使うと、ふたをはずして鍋ごとオーブンに入れて焼くことができます。

鶴田さんちのひじき煮

愛知県安城市にお住まいの鶴田克子さまから「簡単で、おいしくて、一石二鳥、ジオの鍋だからこそです。18~20cmの片手または両手鍋でのひじき煮を紹介します。」とおたよりいただきました。どうもありがとうございます。

《材料》

- ひじき(乾燥) 40g
- にんじん 60g
- 油揚げ 2枚
- サラダ油 小さじ2
- しょうゆ 大さじ2
- 砂糖 大さじ1
- 酒 大さじ2
- みりん 大さじ1
- だし汁

《作り方》

- ①ひじきは水でもどして、長いものは切り、水きりをする。
 - ②にんじんと油揚げは細切りにする。
 - ③鍋にサラダ油と①を入れ中火で軽く炒める。
 - ④③に②を入れてふたをして弱火で10分煮る。
- ★M 火を止めたあと、そのまま余熱で味をしみこませると(余熱調理)おいしくて、しかも経済的です。

おたより紹介コーナー

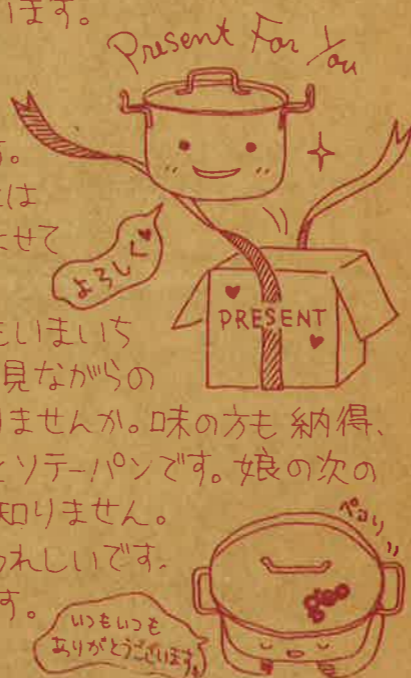
毎日たくさんいただいている保証登録カードの他にも、Miyacoから返信している用紙の通信欄にうれしいお話を書いて下さる方がいらしゃいます。
みなさん、本当にありがとうございます。

☑ 東京都多摩市にお住まいの佐藤 惇子さま

5個目のお鍋は娘からのプレゼントでポトフ鍋です。その日はあいにく新宿の小田急デパートの店頭には並んでいなかったのが、からかりしたのですが、すぐ取りよせていただき、次の日には手に入りました。

料理のうで前は何年いや何十年主婦業をやってもいまいちですが、さ、さくポトフを作ってみました。料理本を見ながらの挑戦でしたが、意外や意外、いとも簡単ではありませんか。味の方も納得、ひとつレパートリーがふえました。次はパスタポットとソテーパンです。娘の次のボーナスを勝手に期待しているのを当の本人は知りません。

Ⓜ ほとんどのお店がすぐに取りよせて下さるようで、うれしいです。すばらしいお嬢さまですね。ジオも喜んでおります。



☑ 大分市にお住まいの藤澤 政江さま

いろんな鍋を使用しましたが、ステンレスが一番好きです。手入れしやすいし、こげつかないし、ホーローのように欠けないし、アルミのように穴があいたりしないし、ちっと重いけど、トレーニングだと思っ、て我が家はほとんどステンレス鍋です。無水鍋は今回初めてだけど、超経済的だし、片付けが便利だし、ウーンと腕を振るとおいしい料理を作ろうと張り切っております。

Ⓜ どんな素材の鍋でも良い所と思っ、て所があると思っ、ています。ご使用の十得鍋だ、って十の得があ、っても、いくつか悪い所もあります。それを言わないのはずるいですがね。



☑ 福岡市にお住まいの小島 真由美さま

十得鍋セットアイテムを購入し、愛用しています。(はじめはただ取手がとれて収納に便利、又、冷蔵庫に一晩入れるのに便利だから、という単純な理由から買ったのですが...) 説明書を読み、いろいろな使い方があるのだと知りました。さ、さくご飯を炊いてみてびっくり!! 今まで電子ジャーで炊いていたのとは段違いにおいしく(お米は同じものなのに)もう、これできなくてはい食べれなくなりました。あと、ゆで卵が少しの水できるとか、無水料理ができるとか、ほんとにこの3つの鍋ばかりを使っています。蓋が1つだとちっと不便なので、小さい蓋も追加して購入しました。まだ基本の段階で応用の料理まで達していませんが、新しく考え出したら、ぜひ一報さしあげます。

Ⓜ はい、良い子にしてお待ちしております。

小島さまも金鍋で炊いたご飯の味を知ってしまったのです。

お堅い話 — その31

前回のお堅い話(その30)で初めて登場した言葉がありました。

その中から今回は「電解研磨」についてお話しします。

戦後の燕産地の復活はステンレス製洋食器の輸出によるものですが、ステンレス鋼の品質が悪く、研磨の工程で困難を極めておりました。鉄やシンチウの洋食器なら1日1000本は研磨する熟練工でもステンレスではその5分の1が精一杯であり、その上、模様が削られデザインが崩れ、光沢も不良で返品も増大してしまいました。

そんな時、東京の研磨材業者から「東京で大手会社が注射針や時計部品の加工時に発生する微小なバリを溶かして除去すると同時に光沢も出す電解研磨方式を試験採用中である」という情報がもたらされました。

さ、さくこの情報にとびついた燕のメーカーは、この技術の開発と実用化のために努力をはじめました。

この電解研磨技術は、硫酸や燐酸などの強酸を調合して、その液の中にメッキと逆の方法で、洋食器にプラスの電流、極板にマイナスの電流を通电して、高圧・強電流でステンレスの表面を溶かしながら、1000分の2~4ミリをはぎ取るのです。金属表面を平均してはぎ取ることにより、美しい光沢が再現でき、さらにその時発生する陽極酸化の皮膜で耐酸性も増加します。弱希研磨に比べてコストが下がり、量産が可能となり、13クロムのステンレスを16クロムの品質まで高める技術でもありました。

電解研磨ってなに?



Miyaco Mail・掲示板 NO.38・2001~2002 冬号

次号もお楽しみに...

2002年、Miyacoのオブジェは20歳をむかえます。人ならば成人して働き(はじめる年頃ですが、鍋の業界では20年もほとんどモデルチェンジなしに続くことはめずらしいことのようにです。これまでのご愛顧に感謝し、これからより良いオブジェになりますようにMiyacoは努力を続けます。

さて今回のミヤコメールはいかがでしたでしょうか。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、お名前、ご住所、お電話番号を明記の上、右下すみの希望券をはがきに貼ってお送り下さい。FAXやEメールでのお知らせでもOKです。ひとことご感想など添えていただけるととてもうれしいです。そんなお知らせを一度出された暁には、よほどのことがない限りミヤコメールが送り続けられてまいります。(しかも時々) みなさんのご応募、心よりお待ちしております。

☐参考文献「お料理べんり図鑑」

 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

●ホームページアドレス <http://www.miyazaki-ss.co.jp/>

●Eメールアドレス info@miyazaki-ss.co.jp