

 黒豆

京丹波町は黒豆の産地。初秋に早生の黒枝豆を今年は何度いただいたことか。


このお正月用の美味しい黒豆にするために、初秋に収穫して間引くことは大切な作業。

「頼むからもらってって！」と懇願されたのは嬉しかったな。今年収穫した黒豆で作りました。黒豆の煮方ってとても難しいイメージがあるんですが、私のレシピはシロップに直接ドボンと入れて、圧力をかけるだけ。圧力鍋をお持ちでなかったら、砂糖の分量は変えずにいいので、煮詰まる前に都度熱湯を加えて柔らかくなるまで煮てください。

案外ストーブの上に置いておいたら、あっという間に柔らかくなっているものです。

**調理方法と学びのポイント)** 黒豆の甘さ、艶、硬さなど確認しながらお楽しみください。


**賞味期限)** 1月1日要冷蔵。2日以降はシロップごと冷凍して2週間以内に食べきってください。

 栗きんとん

金運を得るための縁起物ってよく考えたものですね。小判からの発想でしょうね。なんだか可愛らしいなあ。地域によってもきんとんの食べ方は違うみたいで、青森ご出身の生徒さまはリンゴを刻んで入れるそうです。美味しそう！それはやってみないと。発酵バターと合わせてトーストに厚塗りしても朝からテンション上がりそう。お湯で溶いたらおしるこ、バニラアイスに熱々を乗けたら歯が浮きそうだけどたまにはいいか。レーズン混ぜて春巻きで巻いたら三時のおやつに使えますね。というわけで、きんとんはお正月だけでなく薩摩芋の使い方として覚えておくと役立ちそうですね。

**調理方法と学びのポイント)** きんとんの質感、甘さ、艶などご確認ください。アプリコットをおつけしますので、横に切り込みを入れて小さく詰めてもかわいらしいです。クラッカーにたっぷり乗せて食べるのも間違いありません。


**賞味期限)** 1月1日要冷蔵。

 紅白柚子なます

この紅白の色を見ると、京都のお正月がまたやってきたな、早いなあ一年！って感慨深くなります。おせちで使う人参は、絶対に金時人参を使いたい。今や地方に行ってもスーパーをのぞくと見るので、あ～よかったって嬉しくなります。あの真っ赤な色がなんとも日本らしく晴れやかな気分させてくれます。なますを作るとき、私は勿体無いのでお雑煮や煮物で残った人参の皮や余り物を千切りにしてなますに混ぜ込みます。それくらいの量の赤が必要なんです。これ、赤が多すぎても日本食に見えなくて、なんだか韓国料理みたいに見えてくるんですよ。なので、赤色は和食の場合、さし色程度にさりげなく。是非そこは意識してお作りになってください。

**調理方法と学びのポイント)** 大根人参の歯ごたえ、なますタレの味わいを確認してください。柚子釜に盛り付けてお召し上がりください。

**賞味期限)** 1月1日要冷蔵。

 かずのこの胡麻和え

子孫繁栄の数の子。曾祖母はお酒飲みの曾祖父のために、三が日飽きないおせちをと色々試行錯誤して作ったのがこの6種のおせち。中でもこの数の子はよく考えたものだなと感じます。よくあるのはお出汁につけた数の子ですが、我が家は胡麻和えにするんです。せっかくの美しい黄色が台無しになると思われるかもしれませんが、香ばしいゴマ、お醤油の香り、カツオのうまみが加わるとそれはそれは酒のつまみとして最高で。この数の子、余ってもおにぎりの具にするといいんです。ちょっとしょっぱいかしらね、くらいが美味しい。

**調理方法と学びのポイント)** 数の子の塩の抜き加減、胡麻の衣の味わいをご確認ください。


**賞味期限)** 1月1日要冷蔵。

 田作り

煮干とごまめ、どう違うのか塩干物やさんに聞いてみたら、「煮干は一度茹でてから干してるんだけど、ごまめはそのまま干してるから味が濃いんやで」と江戸時代から続く錦の塩干物屋さんの山市さんが教えてくれました。昔はイワシは田畑の肥料として使われていて、五穀豊穰を祈願して食べられていたそうですがそういえば京丹波町の町並みを歩いても、土壌にイワシの粉を今でも撒いているのが見受けられて、なるほどこういうことかと合点がいきました。

**調理方法と学びのポイント)** ごまめのカリカリ感、飴の硬さ、味わいなどご確認ください。

**賞味期限)** 1月5日要冷蔵。

 たたきごぼう

京都の三つ肴はたたきごぼう、数の子、田作りです。あれこれ作るのは無理でも、好きなものを何種か作れたらなんだか気分がいいものですよね。たたきごぼうはお正月に欠かせない酒のおつまみです。我が家のたたきごぼうは長文屋さんの石臼挽きの山椒をたっぷりと加えます。一本口に入れたら清涼感があってヒリヒリと痺れる。こりゃいいわと酒飲みはつつい箸を伸ばしてしまうおつまみです。ごぼうは細めのものを選んで、コリッと食感良く茹でます。たたきと名が付いてますが叩き割るのではなくて、叩いてごぼうの繊維をほぐす気持ちで手加減しながら叩きます。何度か叩くと衝撃で真ん中がぱかんとほぐれるように亀裂が入りますから。そこを手掛かりに手で裂き、あとは好みの長さに切るだけです。叩いてぱかっと開くことから開運の意味もありますけれど、一年間の鬱憤を晴らすために力を入れて粉々にしないでくださいね、縁起の食べ物ですから。

**調理方法と学びのポイント)** コリコリとした歯ごたえ、ごぼうのたたき加減、タレの味わい、山椒の香り、辛味をご確認ください。

**賞味期限)** 1月1日要冷蔵。



京丹波町産の京かんざしか、ラディッシュを入れました。  
良いお年をお迎えください。



2022年も本当にありがとうございました。  
来年もどうぞ宜しくお願い致します。