

常夜鍋物語

「しゃぶしゃぶ」といえば、もう、なんだかすつかりお馴染みになっちゃって、中国料理だか、日本料理だか、そこまでは定かではないが何か、こう、ずいぶん昔からある、ありがたい料理だと錯覚している人が、ほとんどではないだろうか。

「しゃぶしゃぶ」ところがどっこい、これ、まったく戦後派なのである。

考案者はハッキリしていないが、戦後、京都のある板前が、中国料理の「羊肉（シヤアンヤンロウ）」にヒントを得て考えたものだという。中国のシヤアンヤンロウが羊肉料理であるのに対して、わが「しゃぶしゃぶ」の方は、牛、豚、羊と、肉の種類を選ばないところがまことに日本的である。が、このせつかくの発明も、しゃぶしゃぶの専門店で食べようものなら、かなりセーブしたつもりで食べても、一人前、数千円は軽くふつ飛ぶのが玉にキズ。とても毎日、毎晩、というわけにいきかねるところ、「ありがたい」より「気に入らない」と、いいなくなる。が、窮すれば通ず、というべきか。上には上がある、というべ

肉アラカルト

たんぱく質分解酵素で軟らかく

中華料理店などで、酢豚にパイナップルが入っているのを召し上がったことがありますか？

これにはちよつとした理由があり、シヨウガやキウイ、マンゴーなどには、たんぱく質を分解する酵素の「プロテアーゼ」という成分が含まれているからです。

この酵素は、硬い肉類をジュシーにして、軟らかくする働きがあります。ぜひお試しを！

きか。さる奇特なご仁がこれを家庭用にアレンジした。名づけて「常夜鍋」。読んで字のごとく、毎晩食べても飽きず、さしてふところもいたまないところが「常夜」と名づけたゆえんとか。

要領はしゃぶしゃぶと同じだが値段の安いブタのバラ肉を用い、肉を湯がくにお湯だけでなく日本酒を一对一か、二対一の割合で用いるところがみそ。それと、肉は肉、豆腐や春菊、人参、大根などもそれぞれ別々に湯がき、ポンドで食べる。一緒にぶち

こんで汁が濁らないようにするのがコツ。シヤア
ンヤンロウの場合は薬味
だけで十皿を超すという
から、日本人にはちよつ
とマネできないが、その
かわり、豚のバラ肉をプ
ロックで買って、量の方
でたっぷりどうぞ！