

ローストビーフを活性化するカイワレ大根と青ジソの香辛

ビフテキを食^はむ 肉食の鋭き歯もて —— 松林尚志

上等のローストビーフには「ヌガー」の歯ざわりがある。軟らかく、しつっこく、いつまでも「生きもの」の味わいが消えない。

その上等のローストビーフをハムのように薄くスライスして、その薄い一片でカイワレ大根を十数本、手巻きずしのように巻き込んだものは、ウイスキーやビールのおつまみとして最適である。カイワレ大根の靈妙なニガ味が、ローストビーフの弾力ある歯ざわりと背中合わせになって、いかにも飽食時代の味覚である。

カイワレ大根のニガ味がいささか気になる人は、手近なところでマヨネーズを少々これにまぶすとよい。秋の夜の酔いはいよいよ冴え、カイワレ大根のニガ味走った雲が月のような舌の上を横切^よって行く。

飽食の時代をさらに深く生きる人は、いま一步をすすめて青ジソの葉を一枚、二枚。手間を好む人はこれをさらに帯状に細切りにして、同じくスライスしたローストビーフに巻き込むのである。こちらはほどよくふくれ上がったタンパク質の間隙に、颯爽とした香気がしみ渡って、これまた飽食の世のフィーリングとなる。

ミート de meet

豚肉とキャベツは名コンビ

キャベツには、豚肉にはないビタミンCや食物繊維が豊富なので、消化酵素、ビタミンUも含まれています。ビタミンUは胃潰瘍などを予防し、肝臓に脂肪がつくのを防ぐ効果があります。ビタミン類は熱に弱いので、生で食べるのが一番です。トンカツが、キャベツのさっぱり感でさらに美味しくなります。ただの付け合わせと侮ってはいけません。

カイワレ大根にはビタミンCはもちろん、米食民族にもっとも必要なビタミンB₁、B₂などのB類がたっぷりふくまれている。

また、青ジソは「ビタミン・ペーパー」といわれるくらいビタミン類に富んでおり、秋風とともに夏の疲れをふっとばすのである。

ただし、ローストビーフはできるだけ人念にローストしたものを選ぶこと。このローストビーフが一級品でなければ、カイワレ大根のニガ味も青ジソの風味も生きてこない。

よくローストされたビーフには、冬の日の日だまりに干した布団のぬくもりがある。

そのぬくもりの上を、カイワレ大根のニガ味と青ジソの香気が稲妻のように走り、かつ、白雲のようにたゆたってゆくのだ。

鐘のごとく 放牛韻なまく 青高原たか

——松林尚志