

如是庵・洗心亭と皆様をつなぐ

浜松市細江町小野 100-2

☎ 053 (523) 0043

# 自然園北山シター NO.143

明けましておめでとうございます。

去年は、多数のお客様においでいただき、感謝しています。

如是庵、洗心亭ではお客様が楽しく、おいしく安全な食事をなさり、満ち足りた清々しい気分でお帰りいただくことを第一の願いとしております。そのため、ここで働くスタッフには、料理の研鑽をはじめ、店内のしつらえ、園の樹木や畑の手入れ等、たくさんの仕事があり、今年もそれらをひとつずつこなしてゆく所存です。今年もよろしく願いいたします。(女将)



## お正月料理の後は最高の贅沢、若菜粥を

◆お正月にはおせちや様々なご馳走を召し上がったことでしょう。古くから1月7日（この日が人日、先月号で1月1日と書いたのは誤りです）には七草粥を食べて、疫病に備える風習があります。粥に入れる菜を刻む時に歌うのが、「唐土の鳥が日本の橋を渡らぬうちに七草ナズナでトントントン」という歌です。これは地方によって少しずつ歌詞が異なりますが、唐土の鳥は必ず入っているようです。唐土というのは、昔の日本人にとっては、中国やもっと遠い外国を意味したのですから、今騒がれている鳥インフルエンザの経路を昔の人も知っていたのでしょうか？驚きです。

◆さて、この粥ですが、現在では、お正月料理の食べすぎ、胃もたれの解消の効果もあります。如是庵では冬の間、お粥や雑炊をよく作りお出しします。中でも若菜粥は無農薬のお米、園内に自生する摘んだばかりの芹を入れた、白と緑の美しいお粥です。それにやはり出たばかりのふきのとうのふき味噌を添えれば、もうこれ以上の贅沢で清らかな食べものは他に考えられません。作って眺めて、味みて「ああきれい」「ああおいしい」「ああしあわせ」と思わず、自賛してしまいます。

◆先日テレビで料理研究家の柳原一成さんが、七草粥といっても無理に七種類を入れなくてもいい、一、二種類で十分、その方がアクが少なくてずっとおい

しい、とおっしゃっていました。同感です。皆様もどうぞお作りになって下さい。葉は手に入りやすい大根葉、かぶの葉、自生しているはこべや芹、ごぎょう等、一、二種類ご用意ください。

### 若菜粥

#### 材料（4～5人分）

- ・米1カップ・水5カップ・塩・好みで餅
- ・若菜適宜（多すぎると青くさくなり、おいしくも美しくもない）

#### 作り方

土鍋など厚手の鍋に米と水を入れ、始め強火、沸騰したら弱火にして炊き上げる。餅を入れる時は、4～5分粥の中で煮る。若菜を刻む（この時に唐土の鳥の歌をうたうと楽しい）。炊き上がる寸前に塩少々を入れる（味つけと葉を青く仕上げるため）。最後に刻んだ若菜を入れれば出来上がり。アツアツをどうぞ。

ちなみに春の七草は 芹、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろですね。



12月

お客様の声

・ ・ ・ 協力ありがとうございます。

ムカゴに興味があって一度、食べてみたい  
とっていたのですが時期がずれてしまい、  
残念ながらムカゴの飯は終了していました。

でも お店の方が話しを聞いて、落ちている  
ムカゴを拾って料理して出してくれました。

想像していたものとは全く違って、中身は  
とてもおいしいおいもようでした。

お店の方のとても温かい心遣い。  
ありがとうございました、必ずまた来たいと  
思います!

★自園自生のムカゴ、喜  
んで頂けて嬉しいです

一品一品的な料理に愛情が  
感じられ、とてもおいしくいただきました。  
2. お料理を運んで下さる  
方もとっても感じのいい方で  
楽しいひとときを過ごす事が出来  
ました。ありがとうございました。  
2. ご馳走さまでしたありがとうございます。



スタッフIです。過分のお褒  
めで穴があったら入りたい。

まさかまた紅葉が見られるとは...  
目が覚めるような赤、黄... カメラもって  
くればよかった。写メール撮って友達  
に送ってあげます。

お料理は心がホンワカするような  
品ばかりで毎回楽しみにして来ますが  
う〜ん! とうなるものばかり。

また来ます! 来年もどうぞよろしく  
お願いします。

12月中旬においでいただいたの  
ですね。来年はぜひ最盛期に。情  
報はブログで発信しています。

### 如是庵のおせちへのお客様の声

- ★しっとり感、程よい甘さ、ボリュームあり。  
言うことなし。(吉田様)
- ★鯖ずし、味は二重丸。鯖とご飯量のバランスが  
いい。ご飯、少なめのほうがいい。(山形様)



### スタッフなつかしの味

青森県弘前市出身の私のなつかしの味は「しとぎ餅」(近場でなくてごめんない!!)。

材料はもち米の粉とあんこ。もち米の粉に水を加え、耳たぶくらいの柔らかさにこねて広げた中に、あんこを包み、それを油で焼くシンプルなもの。育った家には大きなかまどがあり、祖母がそこでしとぎ餅を焼いていたように思う。厚手の鉄鍋を使い、何度もひっくり返して中まで火を通していった。燃料は薪。

今では、自宅で作る人も少なく、お菓子屋さんや道の駅で売っていたりするが、私の舌が覚えている味になかなか再会できない。が、「あるじゃ」という道の駅で何とか合格点のしとぎ餅を発見。作っている人に習いにいきたい、と母に話したら、そういえば倉庫に「しとぎ鍋」があるかも、だそう。次回の帰郷の時にはぜひもしとぎ鍋を探して、今年中にはこの浜松で「しとぎ餅」を作ってみたい。(60代M)

お知らせ . . . . . お問い合わせは如是庵まで

☎ 053 (523) 0043

★洗心亭を1日1組限定10名様以上でお貸しいたします。お弁当付でお1人2500円から。句会などにどうぞ。

★洗心亭の田楽弁当は10名様以上で予約にて承ります。(2000円・3000円)

★如是庵は昼5250円のみ、夜は6000円〜のコース料理のみです。予約制になっておりますので、早めにお電話でお問い合わせください。