

アアの料理のカラクリ

吉田 清彦

◇51◇

上、下、二回にわたって、グラタンのつくり方を説明する。まず一回目は、ホワイトソースのつくり方である。

分量は、三、四人分見当で、まず最初に、手鍋(なべ)で牛乳五百cc(二・五カップ)を四〇度くらいに温めておく。

つぎに、厚手の片手鍋を弱火にかけて温め、バター四十五ヶ(大きじに三杯ほど)を入れて、ゆっくりと溶かしていく。

バターが溶けたら、小麦粉五十ヶ(カップ二分一杯)を二、三回に分けて加え、木べらの先を鍋底にこすりつけるようにしながら、練り上げるような感じに、丁寧に混ぜていく。

グラタンをつくる

<上>

ホワイトソースは、色がついてしまうと台無しなので、途中、鍋を火から離したり、戻したりしながら、焦がさないように、つきつきりであげていく必要がある。

最初のうちはパサパサとした感じだが、しばらくするとしっとりした感じになり、さらに混ぜつけていくと水気を含んだようになる。

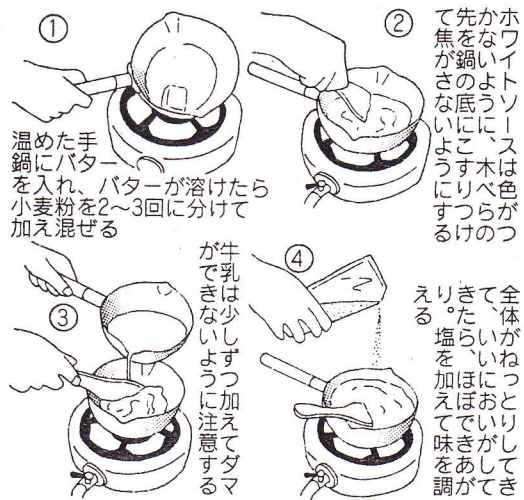
鼻を利かせていると、最初のうちは粉臭い感じなのが、途中から次第に甘いにおいに変わってくる。

牛乳は少しずつ鍋へ多く加えるとダメに

甘い香りに変わったら、いったん火から外して、タマネギ二十ヶ(八分の一個)と、丁字一本、ローリエ(月桂樹の葉)二分の一枚、ナツメグパウダー少々を加える。

そして、弱火に戻して、温めておいた牛乳を少しずつ加えて混ぜていく。

このとき加える牛乳の量が



① 温めた手鍋にバターを入れ、小麦粉を2~3回に分けて加え混ぜる

② ホワイトソースは色がつかないように、木べらの先を鍋の底にこすりつけて焦がさないようにする

③ 牛乳は少しずつ加えてタマができないように注意する

④ 全体がねっとりしてきて、いいにおいがしてきたら、塩を加えて味を調える

がしているが、途中からおいしそつなにおいに変わってくる。いいにおいがしてきたら、ほぼできあがりなので、塩を加えて味を調える。

塩は最初小さじに三分の一ほど加え、あとは、小さじで言えば八分の一度度ずつ加えていく。水っぽさがなくなり、つぎに塩っからくなる直前の、淡い甘みを感じる量でとどめることが、味付けの最大のポイントである。
(家事としての男の手料理主 幸)

アアの料理のカラクリ

吉田 清彦

◇52◇

今回はホワイトソースのつくり方を説明した。さて、いよいよ、マカロニグラタンをつくらせていくことにする。

まず、マカロニ二百五十粒を塩を加えたたっぷりめの湯で、こころもち固めにゆで、ゆで上がった後、水のなかでよくもみ洗いしたあと、水気を切っておく。

つぎに、フライパンを火にかけて、大さじ二杯分のバターを、焦がさないように気をつけて溶かし、タマネギのみじん切り大さじ山盛り二杯（タマネギ四分の一個分くらい）を加えて、透き通るまでいためる。

そこへ、一サ角に切った鶏のもも肉二百粒を加えて、軽く塩、こしょうをしてさらにいためていき、鶏肉に火が通ったら、白ワイン大さじ二杯

を振りかけて、ふたをして蒸らしておく。

マカロニと鶏肉の用意ができた後、ホワイトソース四百cc（カップに二杯）に牛乳と生クリーム各七十cc（カップ三分の一）を加えて弱火にかけて、よく混ぜ合わせて、グラタン用のソースをつくる。

そのうちの三分の二を別の鍋（なべ）に移して、そこに先程のマカロニと鶏肉、さらに牛乳二百五十ccを加える。そして、丁寧に混ぜながら、焦がさないように煮立てていき、

グラタンをつくる

<下>

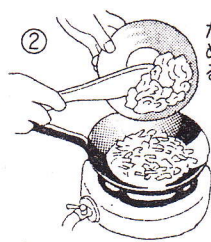
こころもち固めにマカロニをゆでる

最後に塩少々で味を整える。

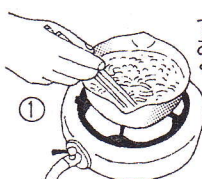
このときに、牛乳の代わりに、水二百五十ccと固形スノープ一個を加えたり、よく熟れたトマト一個をみじん切りにしたものを加えたりすると、牛乳臭さが隠れて、さらっとした口当たりの、軽い感じのものにしあがる。

すべての用意が整ったら、グラタン皿三〜四枚の内側

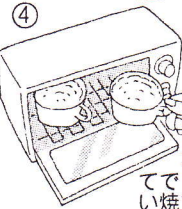
タマネギと鶏肉をバターでいためる



マカロニは、こころもち固めにゆでる



グラタン皿の内側にバターを塗りつけて材料を分けたら、残りのグラタン皿にソースをかける



ホワイトソースに牛乳と生クリームの2を加えて、グラタン用のソースをつくり、その3分の2を別鍋にとを加え



スターに入れて焼いていく。

オーブントースターは、最初は強火（二百〜二百二十度）に設定しておく、だいたい五分くらいで表面に薄く焦げ色がつくので、その段階で中火（百六十〜二百度）に下げ、さらに三分ほど焼いていけばできあがりである。

説明したもののほかに、エビ、カニ、イカなどのシーフード類や、ニンジン、ブロッコリー、ホウレンソウなどの緑黄色野菜類を加えてもよい。（家事としての男の手料理 主宰）