

独りの珈琲

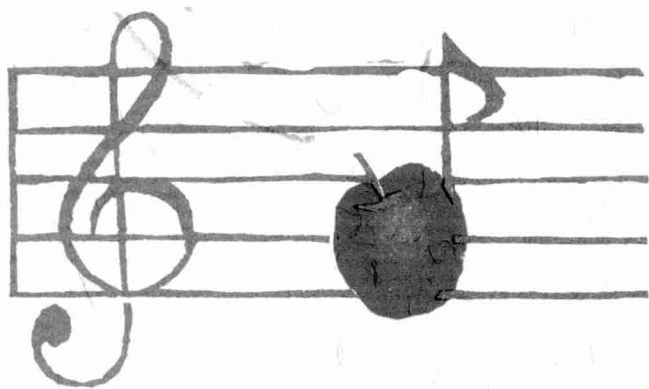
増田れい子



鎌倉書房

独りの珈琲

増田れい子



著者略歴

東京生れ

東大(旧制)文学部国文学科卒業
毎日新聞東京本社社会部、サンデー毎日を経て現在学芸部編集委員
著書は、『午後の想い』『しあわせな食卓』『つれづれの味』『一枚のキルト』(北洋社)『春の予感』(冬樹社)『花の香がする…』(サンマーク出版)など

独りの珈琲

昭和五十六年七月一日 初版発行
昭和五十六年十月二十五日 四刷発行

定価二二〇〇円

著者 増田れい子

発行者 長谷川映太郎

発行所 株式会社鎌倉書房

東京都新宿区市谷左内町二一
郵便番号一六二一

電話東京二六八一五一〇一(代表)

印刷 株式会社精興社

© 1981 Reiko Masuda

0095-0237-0952

独
り
の
珈
琲
・
目
次

I 独りの珈琲

ロールキャベツ	11
粗食のかたき討ち	15
何でもない料理	19
独りの珈琲	23
煮込みは考え事に向いている	27
たくあんの大往生	31
サルが先生	35
締め切り前の台所入り	39
その夜のハモチリ	43
父のいない食卓	47
あたたかい鍋	51
いとしいカルケット	55
たまごの悲しみ	59
正月のにおい	62
スープを煮る日	66
まぜごはん	70

II

味噌汁の記憶 74

父親の料理 78

あとかたづけ 82

檜の香り

コペンハーゲンにて 89

檜の香り 100

臆病な酒 105

咬まない犬 108

水のおい 111

川ぞいの町にて 115

ゆり椅子 120

大晦日の牛丼 124

水晶時計 127

音の家族 129

桜色の顔 132

足おと 136

新聞記者について 140

III 暮しのつふやき

火鉢 149

四角い椅子 151

冬のばら 153

閑雅な午前 154

冬と春のはざま 156

毛糸玉 159

土のやかん 161

金色の木 162

ぼんぼり 163

葉の花 165

オルガン 166

旅をする本 168

三つ葉 170

すみれの家 171

ふたつという数 174

白麻のハンカチーフ 176

一色のサラダ	あいさつ	藍印花布	絵日傘	大きな湯呑み	遅刻	変りもの	雨の絵	時について	夏の音	憲法	ジャム	シャボン玉	五月生まれ	野草	桜貝	春のブルー
	203	201	200		198	197	195		191	187	186			181	178	
205				199				192				185	183			177

ほおずき提灯 206

庭の花 209

なすのおいしさ 211

修繕の日 212

スプーンとフォーク 214

ほんとうの顔 215

秋の気配 218

京のカバン屋さん 219

名月 222

靴のぬぎ方 224

エア・メール 225

家事について 228

幻の鶴 230

木のおはなし 232

あとがき 237

独 り の 珈 琲

装幀と木版画・山高登

I

独りの珈琲



ロールキャベツ

『巴里の空の下オムレツのにおいは流れる』（暮しの手帖社刊）の名著を持つシャンソン歌手の石井好子さんは、ここ数年ロール・キャベツにこっている。週に一度、少なくとも十日に一度は、石井さんのキッチンに、キャベツを煮るやわらかなにおいが満ちる。

ところで、どうしてロール・キャベツなのか。

「そうね、あれは一種の完全食だと思うのよ」石井さんは言った。外側は野菜、内側は蛋白質。栄養のバランスがとれている。やわらかく煮込むから小さなこどもにも、歯の弱ったお年寄りにも向く。ホワイトソースをたっぷりかければ、若い人の若い胃袋が喜ぶ。お客さまに出したって、失礼に当たらないし、しゃれっ気もある。

「もうひとつ、美点があるのよ。これをメーンの料理にするとあとはサラダとか、ごはんは干物とか、献立を立てやすいのよね。毎日々々、今晩何にするか、そりゃ考えるのはひと苦勞よ。そんなとき、ロール・キャベツを中心にと、むずかしい数式がスラスラと解けるような

気がするの」

ひとつ、完全食をつくっておけばあとは、あり合わせの材料でワキをかためたらいい。献立の悩みを解くすてきなカギになる料理、というわけだ。

石井さんが、ロール・キャベツにふと興味を感じたのは、数年前、あるTV局で料理番組に出ていたときである。ゲストはいつも在日外国人のご婦人たちだった。あるとき、北欧の主婦が出て、そのときのロール・キャベツが面白かった。ひき肉にごはんをまぜ、キャベツで巻いたあと、グラタンにするのだった。ヘエと思った。

ロール・キャベツにもいろんなお国ぶりがある。思い出してみれば、戦後すぐ、歌の勉強に行ったアメリカではトマトケチャップを使ってあったし、フランスやドイツあたりでは、キャベツで巻いたあと、バターでいためてそれからスープの中でコトコト煮るのである。まあ、おいしいといえば、このフランス式が一番ではないか、と石井さんは言う。

では、石井家のロール・キャベツは？　というと、これが少し違う。グラグラッときた湯でキャベツをゆでて、しんなりしたら肉（タマネギみじんをいためたものを入れる）を包んで、スープで一時間余り煮てそれからホワイトソースとスープの煮汁の残りを加えて、天火に入れグラタンにするのだが、キャベツの中に包む肉が、一様ではない。というのは、家族（両親の石井光次郎氏夫妻、夫の土居通夫Ⅱ会社役員Ⅱ氏とその老父）の年齢、好み、からだの状態

（夫の土居氏は胃と胆のうの手術をしている）に合わせて按配するのである。

石井さんの高齢な両親と土居氏のお父さんのためにはとりのひき肉を使い、淡泊な味にして、スープ煮は長めに、とろとろのグラタンに仕上げる。夫の土居氏は、中身の肉がしっかりかたくてキャベツもシコツとしたのが好きだから、脂のない牛のひき肉を使い、スープ煮は短時間にする。それでは石井さんののは？

「私はね、肉はやわらかい方がいいので、牛ひきにパン粉をまぜてやわらかくし、スープ煮も長く、内も外もやんわりしたのにするのよ」

スープ煮のときも、中身がとり肉ならとりのコンソメキューブ、牛ならビーフコンソメを使う。それにホワイトソースをつくるとき、かくし味に白ブドウ酒を入れる。

食べる人の身になってつくる石井さんのこまやかさ。ちょっとマネ出来そうにないが、どうしてそこまでこまやかになれるのだろうか。

「家族がみんな年とって、若さでハチ切れてるってわけじゃないから、たべものの方を、それぞれのからだに合わせてあげないとね。それから、結局、私はバリに長くいて、生きてることを楽しむ、その楽しみ方のうちで、食べる楽しみが重要だっていうことを知ったの。たしかにおいしいもの食べたらうれしいね、だから周りの人にもおいしいものを食べさせたくなるの。食事のときだけでもつらいこと忘れさせてやりたいじゃないの」

歌手の道を選んだのも、人の心を楽しみで満たすためだった。料理もいつしかそうなった。「ロール・キャベツって、世界中どこへ行ってもあるんですよ。安上がりで栄養があって、しゃれてるでしょ。そうね、世界の愛唱歌みたい」

世界の空の下、ロール・キャベツにおいては流れる——。