

びっくりきの Soupe de champignon

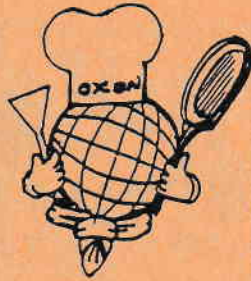
- ① びっくり炒める。
- ② きのこ類を加えてさらに炒め、白ワインをふり入れる。
- ③ ブイヨンを加え、軽く塩、コショウし、下味をつける。あくを取りながら10分程煮る。
- ④ 野菜が柔らかくなったら生クリームを加え、さらに塩、コショウして味を整える。
- ⑤ 打ち粉をした台の上で、パイ生地を厚さ3ミリ位ののぼし、スープの器よりひとまわり大きく切り抜く。
- ⑥ ④のスープを、少し冷ましてから器に入れる(器は深いものを選ぶ)。器の縁に溶き卵を塗り⑤のパイ生地をかぶせ、縁をしっかりと押さえる。
- ⑦ パイ生地の表面にも溶き卵を塗り、すぐに200度のオーブンに入れ、約15分焼く。

フランスのき

ジュラ山地を始めとする高地で主に採れるものに、あみがさ茸と呼ばれるモリリーユがあり、又、香りと柔らかい歯ざわりが珍重されているセーヴ。その他にジロール、ムスロン、シャンピニオン etc. いずれもフランス料理をよりパラエティに味わい深いものにしていきます。

日本でも秋になると、松茸を筆頭に舞茸、本しめじ etc. 秋の料理の主役は、きのこといえるでしょう。

暑い夏が過ぎ涼しくなった頃、日本のきのこをふんだんに盛り込んだスープを作ってみてはいかがでしょう。



Just Interview

磯野 清さんと語る

オクソンの音楽会(水無月(みなづき)サロンコンサート(6月11日、16日)による、磯野清カントオーネの夕べは、多くの方々のご好評を得ました。イタリア歌曲や日本歌曲、宗教曲などレパートリーは幅広く活躍され又、現在、大阪音楽大学声楽科の主任教授をなさっておられる磯野さんにインタビューしてみました。

「歌との出会いは?」
小学生の頃、毎年学芸

会で独唱することができ、沢山の人達の前で得意気に歌ったのが最初です。中学に入り、変声期を迎えるときに戦争も激しくなる一方で、音楽とは縁が切れませんでした。16歳の時転宅。隣家から流れてくる美しいピアノの音に強烈な感動を得、歌との出会いがピアノという媒体を伴って再現しました。

「これからの夢とは?」

オクソンでの一週間連続演奏は、コンディショニングの維持、集中力の持続等々、この歳になっても初めての経験が多く、又、自信もつきました。今後は世界の名曲を集めて、

お客様に残る様な演奏会を持ちたいと思っています。

「唐突ですが、歌われる時はどんな色をイメージしますか?」

曲にもよりますが、青とか赤、濃淡はあっても原色に近い様な気がしま

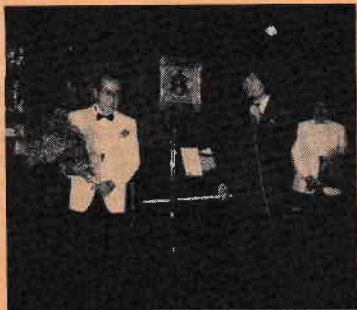
す。人間が単純なせいでしょう。

「歌以外に、今一番興味のあることは?」

グルメと囲碁、特に囲碁は脳細胞を刺激し、考える事で若さを維持させてくれます。

「最後に磯野さんの忘れがたい味とは?」

戦後の食糧難時代、ふとした事で頂戴した充分な量の白米を腹いっぱい食べる事ができた喜び。最後には副食がなくなり塩をかけていただいたあの塩味の白米が忘れられません。



CUISINE

じゃがいも



BONNARD, Pierre "France-Champagne"
by S.P.A.D.E.M. & A.D. A.G.P. Paris, 1983

じゃがいもは、フランス語でポム・ド・テール(大地のリングゴ)と呼ばれています。ヨーロッパでは「一日一個のリングゴは医者を選ばない」ということわざがあり、じゃがいもはリングゴに匹敵するヘルシーな食べものなのです。ところが我々日本人は、じゃがいもは太ると思いがちです。日本人のじゃがいも消費量は一人当たり年15キロ程ですが、ヨーロッパ諸国では、一人当たり年100〜300キロとかなりの差があります。和洋折衷の食生活の中にもっとじゃがいもをとり入れるべきではないでしょうか。

じゃがいもは、でん粉質以外にもさまざまな成分が含まれています。中でもビタミンCはレモン

一個約50mgに対し、じゃがいもは一個約40mgも含まれており、果実に多く含まれていると思われがちですが、ビタミンCは、じゃがいもでも十分まかなえるのです。又、動脈硬化や心筋梗塞、脳卒中を防ぐ効果があるといわれるパントテン酸や、体内の余分な塩分を排出し、糖尿病の予防に効果的なカリウムも多く含んでいます。さらに、じゃがいもは糖質が米などに比べて少なく、食物繊維が多いので、便秘や肥満の防止にも有効なものです。このようにじゃがいもは栄養面に優れたアルカリ性食品なのです。

ノルウエーでは、じゃがいもが主食とされています。