

## 味噌

日本人の食卓で味付けに欠かせないものとして、味噌、醤油、味醂、鰹節、煮干し、干し椎茸、昆布などがありますが、今回は味噌を取り上げてみます。

味噌には信州味噌、八丁味噌、仙台味噌、西京味噌、白味噌、金山寺味噌などがありそれぞれの用途に応じ使われていますが、日本国中総じて信州味噌が主流となっております。私などは、貧困家庭に育ったこともあり、タケヤ味噌が一番おいしいと思ったものです。しかし、長野に行ってその概念が根底から覆されました。とある料理屋に行って飲んだ味噌汁の味がとてもおいしいのでこの味噌はどこ味噌ですかと店主に尋ねたら、「善光寺の西之門にある『よしのや』です」という答えが即座に返ってきた。普通は料理の材料は企業秘密とか言って、本当のことは言わないものですが、長野市民にとっては高級味噌を使っているという証なのだと思います。

この『よしのや』の味噌はダシがいらぬほど味が熟成して味噌汁だけじゃなく、酢味噌のあえ物その他どんな料理にも上品な味を醸し出します。

『よしのや』は酒の蔵元でもあり高級な酒を造っており、私がいつも飲む熱燗にはもったいないので試飲しかしたことがないのですが冷で飲んだ味は格別です。お金に糸目をつけない方はぜひ一升1万円のお酒を飲んでみたらいかがでしょう。私には出来ません。

因みに私の家内は下戸ですが甘酒の元を非常に気に入っています。また『醤油麴』もいろんな味付けに適していると思います。



善光寺 西之門 よしのやの味噌

以上は私の実体験に基づき書いていますので、誰に頼まれて書いている訳でもありません。これからも本当にこれはいいと思うものを順次載せていきますのでご期待ください。

私の朝食は、普段コーヒーと厚切りのバタートーストとヨーグルトですが、時間が許せばたまには吉牛<sup>よしぎゅう</sup>の焼き魚定食のような日本食が口に合っていると思います。また私のような食い意地が張った人間は、マスコミで騒がれている店には殆んど行きません。なぜならそのような処へ行っておいしいと思ったことが殆んどないからです。腕に自信のある料理人は店の前に行列を作りたくないからです。またそのような料理人はレシピを惜しげもなく教えてくれるものです。料理は材料や分量だけじゃなく、『頃合い』が大事であり、時間に追われては美味しいものが作れません。

私が味噌汁でおいしいと思った処は和歌山県の新宮にある『寿司九』で、そこで教えていただいたレシピを紹介いたします。

一般の家庭ですと約5杯分の味噌汁の作り方。

ベースとしては先ずだしです。約1リットルのお湯に水を入れた鍋に、10センチ幅の昆布を30分ぐらい浸し、とろ火で鍋に粒々の小さな泡が付く位、約60度位で30分ぐらい煮て昆布を取り出だし沸騰させ、火を落としたところに一掴みの花かつおをザルに入れて3～5分後にざるをよく切って鰹節の出し殻を取り出します。そのあとは具として何を入れてもいいのですが具はなるべく少なめにします。そのあとは自分の好きな量の味噌を小さめのザルに入れて溶かします。その後、沸騰する直前まで温めます。これで出来上がりですが、赤だしの場合は八丁味噌と白味噌を1対1の割合で溶かします。この場合、粉山椒を少し振りかけてもおいしく頂けます。

味噌汁で一番大事なことは、味噌を入れてからは絶対沸騰させないことです。