



おしゃべり

いきつぎのみ

先月号で「水泳を始めました」というお話をしましたが、その後まもなく緊急事態宣言発令…「むうううううう!!! せっかくやる気になっていたのに」と思いましたが、試しにプールに行ってみると、少ない時は25m×6コースのプールに利用者が2人! なんとという空きっぷり。「ソーシャルディスタンスって何でしたっけ?」と言いたくなるほどの空間でした。しかも誰ひとり口を開く者はいないので、ただ水しぶきの音を聴きながら、息継ぎのためのみに口を開ける快適な時間。家を出てから帰るまで、息継ぎにしか使われない口。改めて良い時期に始めたものだと思われたいなりました。

私はもともと下手の横好きで、決して格好よく出来るだけではないし、運動神経が良いわけでもないのですが、体を動かすのは大好きです。緊急事態宣言が解除されるまでは、ひたすらプール頼みで体調を管理しようと思っています。



店内あれこれ

あめ色タマネギ

お食事系マフィンに欠かせないタマネギ炒め。飴色になるまで炒めると甘味が出ておいしいのですが、実は意外と時間がかかるものですが、料理の本を見ると「40分間、焦がさないように気を付けながら炒めましょう」とさらっと書いてあることがありますが、40分ですよ、40分! それは長いでしょう、ガスの前に立ってないでしょう、夏は汗だくになるからもっと嫌でしょう! と文句を言いたくもなります。

そこでよく紹介されているのが炒めている途中で水を追加するやり方。私はもっぱらこのやり方です。実際かなり時間が短縮されるのに、ちゃんと甘みのあるタマネギ炒めになります。これなら私も嫌な顔をせずにタマネギと対峙することが出来ます(←大袈裟)。

暑くなると火を使うのが嫌になることもありますが、自分の性格に合う方法は必ずどこかにあるものです。季節を問わず、出来るだけ体温に近いものを食べるようにしたいものだから~といつも思っています。



今月のマフィンより

りんごベーコン

「甘い系? お食事系?」
…と思いますよね?
…**甘い系**です!

りんご煮はマフィンにととてもよく合う具材で私も大好きです。しっとりしていて、ほどよく甘くて他の具材とケンカしません。そんな頼りになるりんごを使って新しい試みをしてみることにしました。お相手はベーコン! お食事系の具材としてはよく使いますが、あえて甘い系に入れてみよう。作る前から「たぶん合うだろう」と思っていたのですが、これが本当に合うのです! 生地とりんごが甘いので「甘い系」という枠をはみ出すことなく、それでいて時々塩気と歯ごたえのあるベーコンが「お! ここにあった」という感じで楽しい。そんなマフィンに仕上がっています。面白半分でもいいので、ぜひ話のタネに食べてみてください。「こんなのもありか~」とっていただけたらと思います。