



幸せごはん

～わが家の台所から～



甘辛だれの唐揚げ

うめざきひろえ
梅崎宏恵さん(安永3町内)

結婚前の夫の胃袋をつかんだ料理が、「甘辛だれの唐揚げ」。実は夫を気に入ったのは私より母の方で、母が得意のこのレシピで彼のハートを射止めたというわけです(笑)。

料理上手な母は、人が集まる宴会では数多くの料理を盛り鉢に盛ってもてなしてくれます。そんな母から教わった料理を、これからも大切に引き継いでいきたいと思います。



楽しい話を聞かせてくれた梅崎さん

レシピ

【材料】

鶏のもも肉500g、カタクリ粉、塩こしょう、甘辛だれ(酒とみりん大3、しょうゆ大2と1/2、砂糖大2)、揚げ油、小ネギ、レタス

【作り方】

- ①鶏のもも肉を食べやすい大きさに切り、塩こしょうをしてカタクリ粉をまぶす。
- ②①を180度の油で揚げる。
- ③甘辛だれを作る。まず酒、みりん、砂糖を合わせて沸騰させてアルコール分を飛ばす。さらにしょうゆを加え、ひと煮立ちさせる。
- ④③のたれに揚げたもも肉を絡ませる。器にレタスと唐揚げを盛り付けて、刻んだ小ネギをふって完成。

わがまち散歩



上 / 熊本初の総理大臣・清浦奎吾氏から贈られた「龍」の書。
左 / 野田さんの実家にたたずむ、立派なマキの大木

花架拳に参加していた野田さんの実家にたたずむ、樹齢400年をはるかに超える、見事なマキの木を見せられました。聞けば、県内でも上位に入るほどの大きさだとか。野田さんは「祖父や父たちが大切にしてきたものですから、私の代になっても庭師さんをお願いして手入れを欠かしません」と数代もある大木を愛おしそうに眺めます。見事と言えば、玄関に置かれたついたての「龍」という書も、一目見た

見事づくし

野田さんの実家の庭先に咲くフジの花。ハチたちが甘い蜜にありついていました



だけで由緒あるものだと感じます。「第23代の内閣総理大臣・清浦奎吾氏の書です。熊本で初の総理大臣になられた方で、大正13(1924)年の1月から6月までの短い在職だったようですが、当家とご縁をいただき書いてくださったそうです」と野田さんが教えてくれました。



そして今回の散歩でも、お会いした皆さんとたくさん笑い合いました。この出会いに、感謝。



散歩の終わりに

マンサク、バラ、ユキヤナギ、チューリップ。花盛りのこの季節、各家々の庭から植物の命の輝きが伝わってきます。坂本征雄さんの庭で春のこもれ日を浴び、そよ風にキラキラと揺れていたシノブが心に残ります。



「毎日やるのがいっぱい」と元気の福本さん夫婦

タケノコ掘りと洋裁に夢中

福富公民館近くを歩いていたら、家庭菜園で汗を流す、福本健治さんと妻の久美子さんに出会いました。この季節はタケノコ掘りや、渋柿の剪定に忙しいそうです。

サラリーマンを定年後、健治さんは土と戯れる生活を満喫中。一方の久美子さんは大好きな洋裁に夢中だとか。愛用のかすりの上ツ張りともんべも手作りで「古い布を使つてバッグや洋服を作ります。教室で習ったことを基本に、本を見ながら好きなデザインを考える時間は楽しくて」と言います。



自宅のアトリエで「針を動かす時間が楽しい」という久美子さん



久美子さんが手作りしたお気に入りのセットアップの洋服

花のように舞う健身術

「花のように舞う健身術」といわれる「花架拳」は、中国宮廷に伝わる武術の一つ。古典的な音楽に合わせて、深い呼吸法でゆったりと体を伸びや

かに動かしします。



花架拳の益城組。左から上田さん、野田さん、汐月さん

月に2、3回ほど福富公民館で指導する岩永孝子さんは「花架拳は楽しく、美しく、無理のない健康法。守る、攻めるという武術の形を舞うようにして体を動かしします。太極拳とはまた違った魅力があります」と話します。

20年ほど前から熱心にレッスンに参加している野田眞紀さんは「踊りと体操が合わさったようで楽しいですよ。体がほぐれ、心が落ち着きます」と言います。

「レッスン後のおしゃべりも楽しみです」と上田裕子さん。広崎から通う汐月利子さんは「誰でも参加できるので、ぜひおすすめします」と熱心さが伝わります。



花架拳を指導している岩永さん。参加希望者は岩永さんまで。(携帯090-8763-0777)



花架拳を楽しむ皆さん。扇などの小物を使って優雅に体を動かし

お詫びと訂正
3月号の「わがまち散歩・土山編」で「一丁地蔵」について紹介した記事の中に誤りがありました。正しくは「二丁(109)」です。お詫びして訂正します。