

Waffle



ガス衣類乾燥機のことなら、
ぜひ、当社へ！



T・Kの いっすな〜、ごっつお(ごちそう)

じっくりコトコト

豚肉の角煮



材料〔5〜6人分〕

- | | |
|---------------------|----------------|
| ・豚バラ肉（塊）・・・1kg | A 水・・・800ml |
| ・米のとぎ汁・・・鍋 1 杯分 | A 醤油・・・100cc |
| ・卵・・・5〜6 個 | A 酒・・・100cc |
| ・生姜・・・1 かけ（約 1 0 g） | A 砂糖・・・大さじ 4〜5 |

【豚の角煮の作り方】

- ① 豚バラ肉は、脂と身のバランスの良いものを選びましょう。4cm角ほどに切ります。
- ② できるだけ大きな鍋に米のとぎ汁を用意して切った豚肉を入れます。
- ③ 肉を下茹でをします。鍋を強火にかけて、沸いてきたら弱火にしてフタを少しずらした状態で30分間茹でます。その30分後に火を止めて、フタをして30分蒸らします。この工程を3回繰り返します。（アクは取らなくても煮続けていくとなくなっていくます）
- ④ 最後の蒸らしが終わったら、鍋に水を入れて温度を冷まします。温度が下がったら崩れやすいので優しく手で持って肉の表面をさっと洗い流し、バットへ取り出します。
- ⑤ 別の鍋に、Aの水や調味料を合わせて入れます。そこに下茹でした豚肉と薄切りにした生姜を加えます。まずは中火にかけて沸いてきたら少し弱火にして1時間くらい煮ます。煮汁が少なくなってきたら火を止めてキッチンペーパーやホイルなどを上にかぶせて冷まします。粗熱が取れたら冷蔵庫で一晩置き、しっかりと味をしみこませます。
- ⑥ 次の日になったら、ゆで卵を入れて弱火でじっくり温めて、出来上がりです。

◎一晩置いた方が、より味が染みてプルプルのやわらかい角煮になりますよ。





今日なににする？こんにちは、黄門です。みんなどんな気分かな？早速いってみよう！
 ◎令和の米騒動勃発!?米が無い！だったら麺でしょ！という訳で、、、、

そうめんのアレンジに！

コチュジャンでビビン風そうめん

材料(2人分)

そうめん	150g	コチュジャン	大さじ3
※そうめんの代わりに、うどんを使ってもおいしい!		りんご酢(酢でも代用可)	大さじ2
きゅうり	1/2本	A 砂糖	大さじ1
サラダチキン	1/2枚	しょうゆ	大さじ1
キムチ	50g	ごま油	大さじ1
温泉卵	2個	すりおろしにんにく	小さじ1
		白いりごま	適量
		糸唐辛子	お好みで

作り方

- きゅうりはせん切りにする。サラダチキンは細切りにする。
- ボウルにAを入れて混ぜ合わせる。
- 鍋に湯を沸かし、そうめんをゆで、冷水にとってもみ洗いし、ザルに上げて水気を切る。
- ②に加えて和え、器に盛り、①とキムチ、温泉卵をのせ、白ごまをかけ、お好みで糸唐辛子をのせる。

たれは多めにつくり、別途、冷蔵保存しておくとう便利です。

サラダチキンで手軽につくれます!



活用のコツ



コチュジャン
 いつもの炒めものやスープ、お鍋に、ちょこっと加えてピリ辛に。どんな料理にも使いやすいですよ。



しゅしゅえっとまるしゅ
レストラン「こころ」
午前中11時～午後2時



今まであったものが、突然無くなってしまふことほど、悲しいものはありません。昨年、私が大好きでした、大曲エンバイヤホテルの向かいにあった大衆食堂「味よし・味二番」が閉店しました。ショックでした。閉店すると発表した、その日から店には連日、長蛇の列が出来ていました。私も、最後に食べに行こうと思っていたのですが、店主さんが体力の限界で店をやめたい、と聞いていたので、店主さんに来るだけ楽をさせてやりたいと思い、来店を避けることにしました。でも、あの混み具合では、店主さんは最後の最後に死ぬほど働いたと思います。どうか、ゆっくり休んでもらいたいものです。さてさて、味よしさんの看板メニューといったら、オープンカツ、ですよ～♡私のスマホの待ち受け画面も、オープンカツ。チキンライスにカレーをかけて、その上にトンカツをのせ、サラダを添えたプレート料理。これが、おいしかったんですね～♡でも、もう食べることが出来ません。でも、他の店でオープンカツを食べられないかと、ネットで探したら、しゅしゅえっとまるしゅのレストランのメニューにありました！早速、食べに行きました。ん～、確かに味よしさんのよりはおいしくないのですが、久々のオープンカツを堪能しました。

私は、大衆食堂と町中華が大好きです。味よしさんもそうでしたが、大衆食堂は、とにかくメニューが多い。本当に全部つくれるのか？と、いつも思っていました。さすがに味よしさんのメニューを全制覇することは出来ませんでしたが、次はこれを食べよう、という楽しみがありましたし、自分でも作れる料理でも、なぜか、この店にしか出せない味やおいしさがありました。まさに、大衆食堂は日本の文化なのです。町中華同様、絶対にその文化を絶やしてはいけません。ガンバレ大衆食堂、負けるな町中華、エリヤ神岡、なのです。でも、最近の物価の高騰（こうとう）や、ファミレス、コンビニ、ファーストフード、弁当店、スーパーの台頭などで、経営が大変だと思います。大衆食堂も町中華も、そして、我が社 イースナーライフも、もともと零細な自営業です。鈴〇商×、本△がチェーン店なら、イースナーは町の食堂です。店は小さいのですが、どこの店でも出せない味を出し続けていきたい、と思っています。が、しかし、我が社の味って、なんだ？

～次号へ続くかわかりません～



え～、皆様、本を読みますでしょうか？読書の秋、到来です。これからも私がおすすめする本を、どんどん紹介していきます。でも、「本を読みなさい」と言われるが、「どうして、本を読んだ方がいいのか？」という疑問に答えられる人は少ないのではないのでしょうか？私は、本を読むことは、「誰かの人生を生きる」ことだと思っています。よく、今はネットで簡単に情報がとれるので、わざわざ本を読む必要はない、という人もおりますが、私にとって読書とは、「行動」を発芽させる養分なのです。単なる情報インプットの道具ではなく、大量のアウトプットをする動機や、その道筋をつくるためのものなのです。「情報の吸収率」ではなく、「行動への伝導率」こそが読書の肝だと、私は考えています。つまり、本を通じて学んだことや気づいたことを、どれだけ自分ゴト化して、行動につながられるか、これが肝心なのです。私自身の決まり事としては、本を読んだら、その本から学んだことを簡潔にまとめて誰かに話せる状態にします。加えて、学んだことを受けてどんな行動を起こすのかというアクションプランも、最低三つ立てます。生きるとはすなわち、行動の積み重ねですので、行動を変えないと人生に変革が起きないのです。そして、行動の変え方を教え導いてくれるのが読書です。つまり、読書→行動→人生、ということです。私にとっては、本を読むことは生きることであり、人生そのものなのです。人はつい自分の経験だけを経験だと思ってしまうのですが、それは非効率です。誰かの人生の経験を追体験できたら、何人分もの人生を生きられるのです、、、すみません、生意気なことを長々と書いてしまいました。でも、なんととっても読書の一番の醍醐味（だいごみ）は、この物語のラストは一体どうなるのだろう、というワクワク感だと思います。村上龍の「半島を出よ」、この物語のワクワク感は、ハンパないです。あ、もう、紙幅（しふく）が無くなってしまいました。「半島を出よ」の解説は次号でいたします。私は友達が少なく、大上段に文学論を交せる友達は一人も居ません。私は、寂しいのです。お酒を飲みながら、本について語る方、募集しております。

～次号へ続きます～

黄門切礼治のWaffle's bookmaker(ワッフル版ブックメーカー)

(黄門) え～、皆様ようこそ当クラブへ。私は当クラブのマスター兼オッズメーカーでございます、黄門切礼治です、今月もよろしく。それでは早速、先月のベディングの結果と配当を発表します。先月は、8月1日から8月20日までの間に、わたくし黄門切礼治は何回セブンイレブンに行ったか、を賭けの対象にしました。そして、その結果は、、、0回、が正解でした！基本わたくしは、ほとんどコンビニに行きません。完全なスーパー派です。ほとんど毎日のようにタカヤナギかよねや(ヤマザワ)に行っています。しかし、先月、よねや中央店が閉店しました。ショックでした。私が大好きでした「たのはた牛乳」は、中央店にしか売っていませんでした。たのはた牛乳は、ウソくさい高温殺菌ではなく、しっかりと低温殺菌されていました。それがもう飲めないなんて、ショックです！

(今野) オイ、オイ！ベディングをやれ、コラ、黄門！！

(黄門) おやおや、これは失敬、ベディングに戻りましょうか、え、へへへへへ。え～と、そうです、今月は～、残念ながら～、正解者なしヨ！なので～、今月は～、9月です、9月といたら神宮寺のお祭り、ということで～私が好きだった昭和のお祭りの出店(屋台)3連発で行きまっせ！まずは～、1回、にベットしていた今野康行007は残念、5イースナーカット、板菓手に型押しされた花などの絵柄を画びょうの先などでくりぬく「型抜き」。成功すると賞品がもらえますが、失敗した時にヤケクソで食べた時のような～、少しほろ苦い～、必殺、黄門カッター!!カッター(エコー)、合計15イースナーとなりました。そして～、これまた、1回、にベットしていたぐだ男ママも残念、5,000イースナーカット、名前は忘れてしまいました(知っている方がおりましたら教えてください)、紅しょうがと青のりのお好み焼きを割り箸に巻いたの、かかっていたタレがめっちゃくちゃ美味しかった、まさに～、食欲をそそる～、必殺、黄門カッター!!カッター(エコー)、合計25,000イースナーとなりました。そしてそして～、5回以上、にベットしていた高行君も残念、5,000イースナーカット、金魚すくいではなく、金魚釣り。あの、きれいな金魚を針で釣るなんて、まさに、生き物虐待。今では考えられない、昭和の所業。昭和あるある、なんでもありの～、必殺、黄門カッター!!カッター(エコー)、合計5,000イースナーとなりました。

バン、バン、バン！←黄門切礼治が開始のハンマーを激しく叩く

(黄門) え～、それでは、今月のギャンブルに移ります。今月の27日には、自民党の総裁選が行われます。そこで今月は、増税メガネの次の自民党総裁、つまり、総理大臣は誰か、を賭けの対象にします。政界のプリンス、小泉進次郎氏も出馬を表明し、大本命視されているのですが、父親の純一郎氏が、かつて言っていた、「人生には三つの坂があり、上り坂と下り坂、そして、まさか、だ」というように、まさか、が起きる可能性も、もちろんゼロではありません。しかし、自民党は圧倒的な人気をほこる進次郎氏を総理にして、裏金問題をナシにするつもりだろう、進次郎氏を前面に出して、すぐに総選挙に打って出るのは確実、進次郎氏がかなりの高い確率で総理になると断定し、私は、このようなオッズをつけました。

小泉進次郎	1.1 : 1	茂木敏充	50 : 1
小林鷹之(コバホーク)	20 : 1	高市早苗	80 : 1
河野太郎	15 : 1	上川陽子	100 : 1
石破茂	30 : 1	その他の人	30 : 1

それでは、お三人にベットしてもらいます、ベディング!!

～一分間のシンキングタイム～

(黄門) え～、それでは、ミスター今野康行007、お願いします。

(今野) オイ、オイ、小泉進次郎のオッズって、まるで、紅白で石川さゆりが歌う曲目状態になっているじゃないか!?10イースナーをベットして正解しても1イースナーしかもらえないなんて、バカバカしい、プンプン!でも、わたくし、小泉進次郎、に10イースナーをベットします、え、へへへへへ。

(黄門) え～、それでは、ミスぐだ男ママ、お願いします。

(ママ) まさか、起きるかな～?アメリカの大統領は女性初のハリスさんになってもらいたいけど、女性初の日本の総理大臣が高市早苗じゃね～、あの、まゆ毛、こわいし!毛じゃないか、思いきり書いてるし!という訳で(どういう訳だ?)、小泉進次郎、に20,000イースナーをベットしま～す♡

(黄門) え～、それでは、ミスター高行君、お願いします。

(高行) 今月も勝負に出ます!まゆ毛、いやいや、高市早苗、に1,000イースナーをベットします。

(黄門) え～、それでは、今野康行007が当たりますと1イースナー、ぐだ男ママが当たりますと2,000イースナー、高行君が当たりますと、80,000イースナーが加算されます。それでは皆様、今月の自民党総裁選に注目してくださいませ。

バン、バン、バン！←黄門切礼治が閉会のハンマーを激しく叩く

～次号へ続く～

