

みのりランチ月報 3月号

おかずと思い出提供

曹寧

みのりランチ企画では、食を通して他者を知るというテーマをもとに、ランチ会形式のコンサートを開催してきました。今年度は手段を変えて、取手にゆかりのある藝大生を彼らの思い出のおかずとともに紙面で紹介する「みのりランチ月報」を毎月発行します。入れ替わり立ち替わり取手にやってくる藝大生。おかげを通して少しでも彼らを身近に感じていただきたいと思います。



曹さんちの炸醬麵

僕は中国唯一の麺の町、西安出身です。西安は麺料理が有名で、たくさんの種類の麺があります。それらの形や大きさは本当に多種多様で、地域ごと・町ごとの名前がついた麺があるくらいなんですよ。今回は、日本でも有名な刀削麺を使つた一品を紹介します。

西安で過ごしていた高校時代は、通学の便の良さもあって母方の祖父の家で生活していました。中国では男性が一家の台所仕事を担うことが多く、我が家も毎日の食事作りは祖父の役割でした。祖父の作る料理の中でも炸醬麵は一般的な炸醬麵の具

は肉だけですが、祖父の炸醬麵には豆腐や野菜が入ります。感情を表に出すのが苦手で寡黙な祖父でしたが、日々食べる栄養満点な料理を通して祖父の深い愛情を感じていました。大好きになってしまったので会うことになりました。叶いませんが、この料理を作ると祖父を近くに感じられるような気がします。



材料 約4人前

刀削麺（ない場合はうどんでも可）・干し椎茸9個・キクラゲ適量・ほうれん草やちんげん菜などの葉野菜・豚ひき肉350g・木綿豆腐170g・生姜みじん切り小さじ1・卵2玉・各種調味料（ナツメグ・五香粉・甜麺醤・みりん・醤油・塩）・そのほかお好みで野菜（ピーマンやパプリカ、ししとうなど）



- 野菜と豆腐を2cm角に切る、干し椎茸やキクラゲは水で戻しておく
- 油を引いたフライパンで生姜を香りが出るまで中火で炒める
- ひき肉とみりんを大さじ1加え、弱火で炒める
- ひき肉に色がついたら粉末のナツメグを小さじ2分の1、五香粉小さじ1を入れて強火で炒める、このあたりで麺を準備し乾麺の場合は茹で始める
- 火が通ったら甜麺醤を大さじ3と2分の1入れる
- 火が通りにくいものから野菜を加え強火にして炒めたら最後に豆腐を加える
- かき混ぜた卵を流し入れて軽く炒めたら、最後に醤油大さじ1と2分の1、塩を少々加え湯切りした麺に乗せて完成！上にパクチーを乗せても美味しい！

次号4月号では、取手在住藝大生、東さんを思い出レシピとともに紹介。おたのしみに。

【曹寧】中国陝西省西安生まれ。2018年来日。2020年より東京藝術大学大学院美術研究科絵画専攻修士在籍。

「みのりランチ月報」3月号では取手に通う中国人留学生の曹さんを思い出のおかずとともに紹介します。

曹さんよりメッセージ



おかげを作つてみたよという報告やおかげのエピソードなど、皆さんからのご意見・ご感想を募集しています。こちらの連絡先までお寄せください。FAX: 0297-84-1875 MAIL: tap-info@toride-ap.gr.jp

主催・発行／取手アートプロジェクト実行委員会 企画・編集／幅谷真理 写真／加藤優里
助成 文化庁令和2年度文化芸術創造拠点形成事業・自治総合センター令和2年度地域の芸術環境づくり助成事業