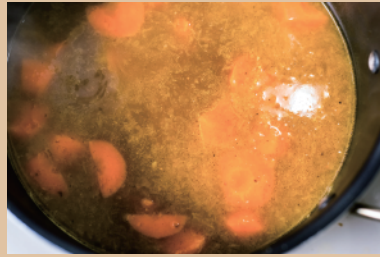


# みのりランチ月報 4月号

おかずと思い出提供

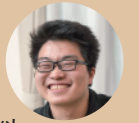
あずま こういちろう  
東 弘一郎

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。昨年度に続き今年度も手段を変えて、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。おかず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。



4月号では取手で制作に励む藝大院生、東さんを思い出のおかずとともに紹介します。

時間を気にせず思いっきり制作に打ち込むため、都内の実家から取手へ越してきて4年。頻りに料理をするようになり、料理と作品作りは似ていることに気がつきました。作品を作る際には工程を覚えて逆算して取りかかるとは、料理も同じく、同時に出すにはいつ何をすべきかなど、頭の中で手順を計算しながら作っています。



僕の作る料理は完全オリジナルメニューです。今回のカレーは初めて作った思い出の料理で、簡単かつ美味しいのでよく作ります。カレー粉を玉ねぎと炒めるとサラサラのカレーになることは偶然発見しました。このサラサラ加減がスープカレーにぴったりなんです。また、素揚げするとなんでも美味しくなるので、具材はすべて揚げます！何にもとらわれず、自分でイメージして料理を作っていますが、思った通りの味にならず、想像とは違う味になったり、料理は作品作りと本当に似ていて、おもしろいです。

サイクリングロードや競輪など、僕の取手のイメージは自転車です。その土地だからこその作品を目指し、自転車をテーマに制作しています。大きな作品が好きなので、作品作りは没頭できる取手は最高です。いつか取手で野外展示が出来たら良いなあと思っています。

細かく刻んだカレールウ（横濱舶来亭カレーフレークルウであれば刻む必要もなくおすすめです）・鶏もも肉2枚・玉ねぎ1玉・人参1本・なす1本・じゃがいも2玉・ピーマン2個・その他好きな野菜・塩・こしょう

- ①玉ねぎをスライサーで薄切りにする（もしくはかなり細かなみじん切り）
- ②じゃがいもは乱切り、ピーマンは半分・なすは4等分・鶏肉は一口大に切る
- ③お湯を沸かし、乱切りにした人参を茹でる
- ④フライパンに油を大さじ1、みじん切にした玉ねぎを炒める
- ⑤ある程度火が通ったところでフライパンにカレー粉大さじ5加えて炒める（中～強火）
- ⑥玉ねぎとカレー粉が茶色くまとまったら人参を茹でていた鍋に入れ、火が通るまで弱火で煮る（これがスープになる）
- ⑦じゃがいも・ピーマン・なす・塩こしょうしたもも肉・その他好みの具を素揚げする
- ⑧素揚げした具にスープを合わせ、完成！

## 東さんちのスープカレー



次号5月号では、取手在住藝大生、倪さんを出レシピとともにご紹介。おたのしみに。

【東弘一郎】1998年東京都生まれ。東京藝術大学大学院美術研究科先端芸術表現専攻在籍中。自転車と金属を組み合わせて、動く立体作品を制作している。



今年の大地の芸術祭(2021年7月25日～9月11日)に作品を出品します！ぜひ新潟にも遊びに来て下さいね！

東さんよりのメッセージ

最近、父親よりも重くなってきました。心当たりは取手に引越して自炊を始めたこと。奥さんのご飯が美味しく、幸せ太りしたとかわいいですが、僕は自分の作るご飯が美味しすぎてたくさん食べてしまい、ついついお腹のお肉を育ててしまいます。最近のお肉に入りは唐揚げ、トンカツなど。カリリは美味しいです。

このスープカレーも、具材を全て素揚げにしますが、これまた最高に美味しいんです。揚げることなんだかご馳走を食べている気分になって最高なんです。しかし体重が気になるそのあなたは、ぜひ野菜を茹でて食べてみてください。それはそれで美味しいです。

おかずを作ってみたよという報告やおかずのエピソードなど、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3年度文化芸術創造拠点形成事業・自治総合センター令和3年度地域の芸術環境づくり助成事業