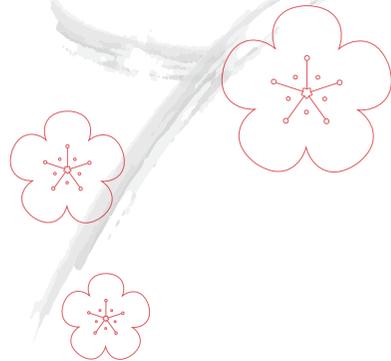


やっちゃんのおせち

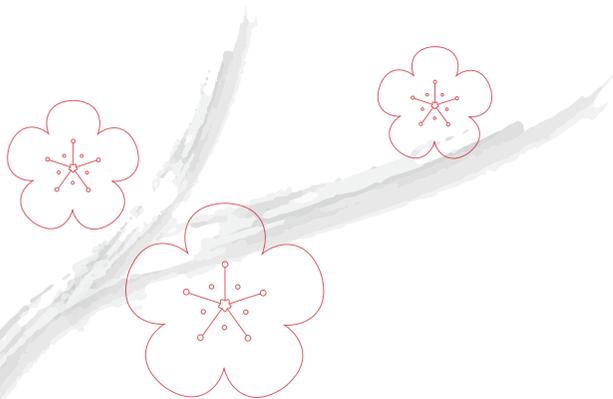
2008年 水戸・三富家のお正月料理とレシピ





やっちゃんのおせち

2008年 水戸・三富家のお正月料理とレシピ



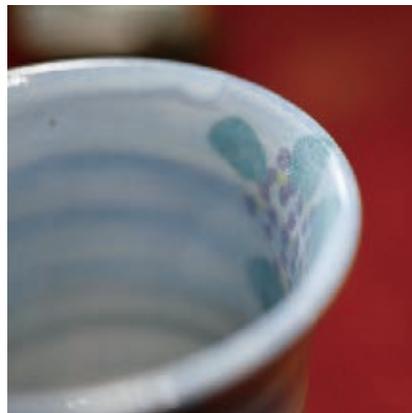


おせち料理は好きですか？
わが家の家族は
みんなおせちが大好き。
母・やっちゃんは
毎年お正月のための料理を
20品程手作りしています。



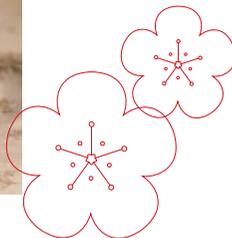


おせちもお重ごと買えるし、
スーパーやコンビニは
元旦から営業しているこのごろ。
母の作った料理を囲んで
家族がそろってお正月は、
今では贅沢かもしれませんね。



やっちゃんのおせち

会津塗りの三段のお重が、おせち料理の中心です。
毎年、用意した料理と新年会の顔ぶれを考えて、
お重の何段目に何を詰めるか、
入りきれない料理をどう盛りつけるか、結構悩みます。
今回は、一の重と二の重には祝肴をいろいろ、三の重に煮しめ。
陶器の丸いお重にはいつものように豆を盛り、
梅の小さい三段重には人気のおせちをたっぷり入れました。
大皿・大鉢の料理は、大胆に見栄えよく。
彩りよく盛りつけたら、千両や南天を飾ってお正月らしく華やかに。





三段重



一の重 (三段重)

紅白かまぼこ 伊達巻
ごまめ きんかん煮
干し柿のごま酢あえ



二の重 (三段重)

有頭海老の酒蒸し

八頭の含め煮

数の子 (津軽漬) そら豆



丸三段重

松前漬

栗きんとん

ゆずだいこん (甘酢漬)



豆三種

黒豆

白いんげん

鮭入りの五目豆

昆布巻と
高野豆腐



野菜と海鮮の マリネ





刺身

地ダコ こんにゃく 鮫鯨供酢



刺身の大皿は三種盛り合わせになりました。

お正月には欠かせない地ダコ、

やっちゃんの友達が手作りした絶品・こんにゃく、

そして鮫鱈の供酢（ともず）です。

あん肝入りの特製味噌だれをつけて鮫鱈の七つ道具をいただく「供酢」。

これが水戸では、鮫鱈の伝統的な食べ方。

たれの味が決め手なのですが、わが家では

「鮫鱈鍋より絶対うまい」ということになっています。

やっちゃんのレシピ集

わが家の人気おせちのほんの一部です。

「レシピ」といっても、材料の分量などないものがほとんどですので、味見をしながら、好みに合わせて仕上げてください。



煮物の味付け基本・やっちゃん流

調味料は一度に入れず、

味見をしながら何回かに分けて加えます。

はじめは日本酒と砂糖で「甘めの薄味」で煮はじめ、
醤油と砂糖を徐々に足していき、最後にみりん。

しょっぱくなってしまうと、

味の修正は難しくなるので気をつけて。

一晩おいて味を落ち着かせたところで、
最終的な味の確認をします。



新巻鮭

やっちゃんのおせちには、鮭がたくさん登場します。

新巻鮭を何本もいただいていた頃があり、

その使い道がおせちだったのです。

新巻鮭が手に入らない場合は、甘塩の塩鮭で。





雑煮

すまし汁仕立てのシンプルなお雑煮は水戸風ではないようです。餅は角餅を焼いて入れます。

❀ 材料

鶏肉 なんと 三つ葉 ゆず 餅
昆布・かつお節（出汁用）

【調味料】 醤油 塩 日本酒

❀ 作り方

〈前日〉

1. 昆布とかつお節で出汁をとっておく。

〈当日〉

2. 鍋に必要な分の出汁を取り、煮立ったら一口大に切った鶏肉を入れ、醤油・塩・日本酒で味を調える。

3. なんとは薄切り、三つ葉は 2cm ほどに切る。

ゆずは皮を小さくむいておく。

4. 餅を焼く。

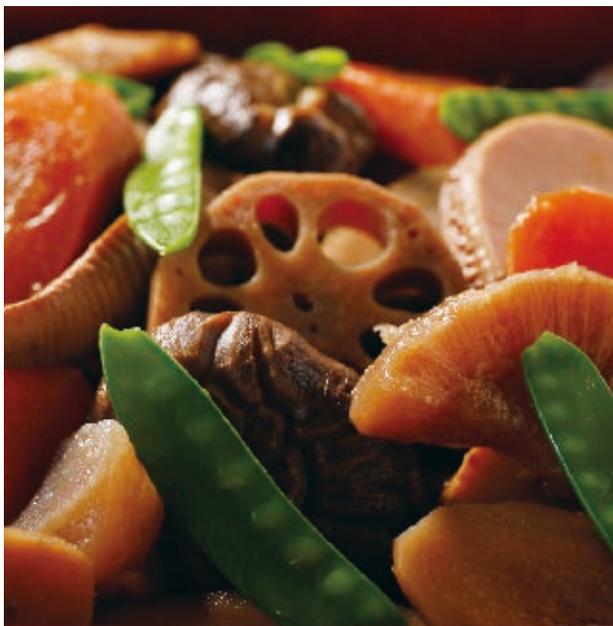
5. 鍋になんとと餅を入れ、ひと煮立ちさせたら椀に盛る。

6. 三つ葉とゆず皮を散らす。

❀ MEMO

*正月三が日の朝はお雑煮。仏壇と神棚にもお供えする。

*大晦日に、大鍋で三が日分の出汁をとって用意しておくのが、やっちゃん流。



煮しめ

炊き出しをするような大鍋で
びっくりするくらいたくさん作ります。
派手ではないけど、おせちの主役。

❀ 材料

ごぼう れんこん こんにゃく だいこん にんじん
干し椎茸 たけのこ水煮 きやインゲン 出汁

【調味料】 砂糖 (三温糖) 醤油 日本酒 みりん

❀ 作り方

〈1日目〉

1. 干し椎茸を水につけ戻しておく。

〈2日目〉

2. ごぼうは斜め切り、れんこんは輪切りにして、それぞれ水につけてあく抜きする。こんにゃくは両面に隠し包丁を入れてから、おたまで一口大に切り水につける。

3. だいこんは半月切り、にんじんは斜め切りにする。たけのこは先端を4つ割り、根本の方を半月切りにする。

4. 戻した干し椎茸の石突きを取る。

5. 鍋に椎茸以外の具材と水（あれば出汁）を入れ、煮立ったら5分ほどゆがく。（あく抜きを兼ねる）

6. 鍋の底に椎茸、その上にゆがいた野菜をのせて、出汁・椎茸の戻し汁・日本酒・砂糖（用意した量の1/3位）を入れて煮る。少し煮たら醤油と砂糖、また少し煮てから醤油と砂糖というように、様子を見ながら何回かに分けて味付けする。最後にみりんを入れて艶出しをする。

7. 火を止めそのまま一晩寝かせ、味を含ませる。

8. きやインゲンは、筋を取って塩ゆでする。盛りつけの最後に散らす。

❀ MEMO

*三温糖を使う場合は色が付くので、色で判断せずにきちんと味見をしてください。



昆布巻

小振りでしっとりした昆布巻。
中に巻く具材にはいろいろありますが、
わが家では新巻鮭です。

❀ 材料

昆布 鮭(カマや尾など他の料理に使いにくい部分で良い)
かんぴょう 赤唐辛子1〜2本

【調味料】 砂糖 醤油 日本酒 みりん

❀ 作り方

1. 鮭を切る。大きさは、昆布の幅(昆布巻きの出来上がり
の長さ)より両端1cmくらい短く、太さは小指くらい。
2. 昆布はさっとふいて水につける。柔らかくなったらすぐ
水からあげる。付け汁は煮るとき使うので捨てない。
3. 昆布とかんぴょうの長さ確かめるために、まず1つ
作ってみる。昆布の長さは、鮭を2巻半するくらいの長さ
(10cm位)。かんぴょうは巻いた昆布を1巻きして結ぶ
長さ(煮ると昆布がふくらむので、きつく巻かない。味の
しみこみも悪くなる)。
4. ちょうど良い長さに昆布とかんぴょうを切る。昆布の巻き
目が下になるようにかんぴょうで結び、昆布巻を作る。
5. 鍋の底に直接昆布が当たらないように割りばしなどを
置き、昆布巻を並べる。
6. 昆布の付け汁と日本酒をたっぷりかぶるくらい入れ(足り
ない分は水を)、赤唐辛子も入れて強火にかける。
煮立ったら弱火にし、少し煮て煮汁の塩分をみてから、
醤油と砂糖で味付けする。少し薄味くらいで弱火で煮て
ゆく(2〜3時間)。最後にみりんを入れて艶出しをする。
7. 火を止めそのまま一晩寝かせ、味を含ませる。翌日、味見
をして薄ければ、調味料を足してもう一度火にかける。

❀ MEMO

*昆布と鮭から塩分が出るので、始めは控えめに味付けを。



黒豆

黒豆の煮方は人それぞれですが、
これならふつくら柔らかく仕上がります。
チヨロギは飾りません。

❀ 材料

黒豆500g サビ釘10本(糸で束ねておく)

【調味料】三温糖400g 塩小さじ1 醤油1/4カップ

重曹小さじ1/2

❀ 作り方

〈1日目〉

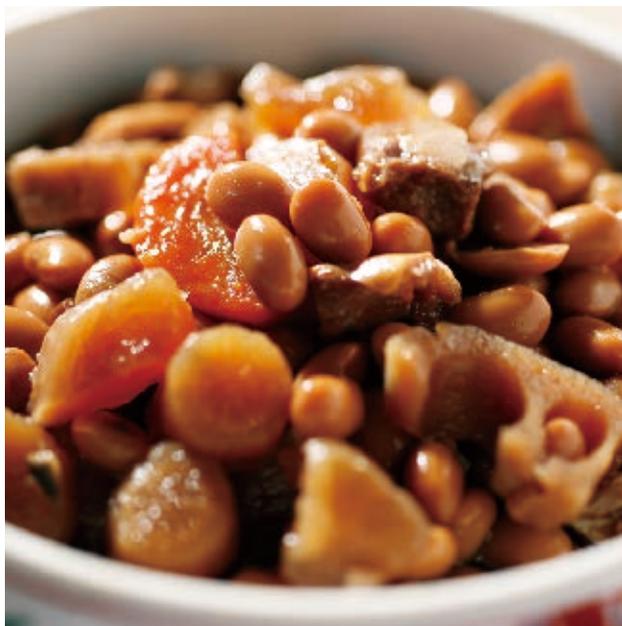
1. 黒豆を洗っておく。
2. 厚手の深鍋に水11カップを入れて沸騰させ、黒豆以外の材料全てを入れて火を止める。
ここに黒豆を入れて一晩置く。

〈2日目〉

3. 鍋を沸騰寸前まで強火にかけ、火を弱めながら泡をとる。
差し水をしながら2回ほど泡をとる。
4. 落としふたとふたをして、弱火でそのまま煮る。
煮汁が足りなければ湯を足しながら、8時間位かけて、
ひたひたになるまで煮る。
(途中で火を止めて、再開してもかまわない)
5. 火を止めそのまま一晩寝かせ、味を含ませる。翌日、味見
をして薄ければ、調味料を足してもう一度火にかける。

❀ MEMO

*ともかくとろ火で、気長に煮含めるのがコツ。



鮭入りの 五目豆

以前は暮れの賄い料理でしたが、みんなのリクエストが多かったので家族が集まるお正月用に昇格しました。

❀ 材料

新巻鮭の頭(1〜2個分) 大豆500g だいこん にんじん
ごぼう れんこん こんにゃく 【調味料】 砂糖350g
醤油1/2カップ 日本酒1カップ みりん

❀ 作り方

<1日目>

1. 鮭の頭をよく水で洗う。出刃包丁でなるべく細かく切る(2cm角位)。目の部分とエラは捨てる。
2. 小鍋に刻んだ鮭を入れ、水を張って火にかける。煮立ったら、静かに10分ほど煮てざるにとる。
3. もう一度鍋に水を張り、その中に鮭を入れてそのまま一晩おく。
4. 大豆は洗って深鍋に入れ、3倍の水につけておく。

<2日目>

5. 鮭の水を切り、大豆の鍋に入れる。水が豆の上まで十分あるのを確認して、強火にかける。煮立つ寸前に日本酒を入れ、弱火にして、豆が柔らかくなるまで落としふたをして煮る。
6. 大豆と鮭を煮ている間に、その他の具材をそれぞれ2cm角位に切って、水にさらしておく。
7. 大豆が柔らかくなったら、砂糖の1/2量を入れ、その上に水切りした具材を入れる。一煮立ちしたら、砂糖少々と醤油の1/2量を入れて30分ほど煮る。残りの砂糖と醤油を入れて60分ほど煮る。
8. 静かに鍋を揺すって様子を見て、味が薄そうなら調味料を足して更に煮合わせる。最後にみりんを入れて艶出しをする。
9. 火を止めそのまま一晩寝かせ、味を含ませる。

❀ MEMO

- *豆を煮るときは、どの豆でも気長にゆっくりがコツ。
- *鮭が入るので、少し味が濃い方がおいしい。



鮭のマリネ

焼き鮭と野菜を漬けたマリネは、わが家ではおせち料理の定番です。マリネだけでも和風な味がします。

❀ 材料

鮭 玉ねぎ 紫玉ねぎ 小ゆず (なければレモン)

パセリ (盛りつけ用)

【漬け酢】 米酢 白ワインと水 (合わせて酢の1/2量)

砂糖 塩 月桂樹 胡椒

あればタラゴン・カルダモン等香りのもの少々

❀ 作り方

1. 漬け酢を合わせて漬ける容器 (ふたのできるバットなど) に入れておく。鮭に塩分があるので塩は少し控えめに。
2. 鮭は厚さ1cm位、大きさ7×5cm位に切る。
3. 中火で、中まで火が通る程度に両面を軽くあぶって、熱いうちに漬け酢に漬ける。
(鮭がしっかり隠れるだけの漬け酢が必要)
4. 玉ねぎと紫玉ねぎを薄くスライスし、軽く塩でもんで水にはなす。水をよく切って、すっきりさめた鮭の上のにせる。その上から小ゆず (なければレモン) の輪切りをすきまなくのせる。

❀ MEMO

*翌日から食べられるが、3～4日目頃が食べ頃。計算して漬けるとよい。



野菜と 海鮮のマリネ

常備菜にもなるピクルスは酸っぱさ控えめなので誰にでもおいしく食べられます。

❀ 材料

れんこん かぼちゃ にんじん セロリ ヤーコン

リンゴ きゅうり カラーピーマン 等

海鮮(たこ ほたて等 生食用) レタス等(盛りつけ用)

【野菜ピクルスの漬け酢】リンゴ酢 水(酢の3倍の量)

砂糖 蜂蜜 塩 香りのもの(月桂樹5枚 グローブ5個

赤唐辛子3個 カルダモン5個 ミックスペッパー小さじ1

胡椒 タラゴン プロバンスハーブ等少々)

【海鮮の漬け酢】鮭マリネの漬け酢(前出) オリーブオイル

❀ 作り方

〈野菜ピクルス…事前に〉

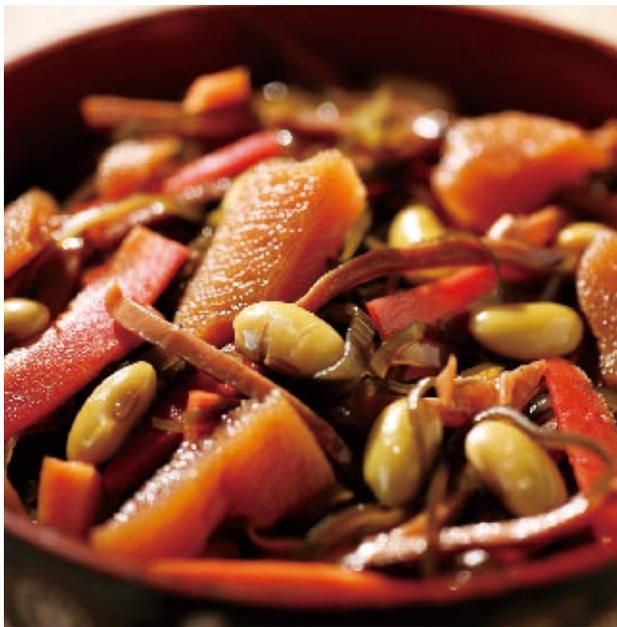
1. 漬け酢を合わせ、煮立つ寸前まで温めて、漬け瓶に入れ
さましておく。
2. 生食しない野菜(れんこん・かぼちゃ等)は一口大の薄
切りにして、さっと熱湯にくぐらせてから漬け酢に漬ける。
3. その他の野菜は、一口大の薄切りにしてそのまま漬け酢
に漬ける。食べ頃は3日目頃から。

〈当日〉

4. 海鮮(たこ、ほたて)は食べやすい大きさに切る。鮭マリネ
の漬け酢にオリーブオイルを加えたものに、2時間ほど
漬ける。
5. 海鮮の漬け酢を切り、野菜と彩りよく盛りつける。

❀ MEMO

*野菜ピクルスは酢が弱いので、漬け瓶を熱湯消毒しておく
とよい。保存は冷暗所。ハムやローストビーフなど
の付け合わせにも便利。



松前漬

おひたし豆が入るのが、オリジナル。
するめと昆布を細く切るのは、
毎年父の仕事です。

❀ 材料

するめいか(足を除いて2ハイ分) 昆布 にんじん
おひたし豆(青大豆) 数の子

【漬け汁】 日本酒 醤油 みりん

❀ 作り方

〈1日目〉

1.するめいかを、米のとぎ汁につけて戻しておく。

〈2日目〉

2.するめいかを洗い、日本酒と醤油を合わせた中にさっと漬けてから、網で軽くあぶる。

3.するめと昆布を細く切る。

日本酒(煮立たせてアルコールを飛ばしておく)・醤油・みりん(1:1:1)を合わせた中に漬け込む。

4.おひたし豆を水につけて戻しておく。

〈3日目〉

5.数の子を、うすい塩水につけて塩抜きする。

6.おひたし豆を、浸けておいた水ごと固めにゆでる(煮立ってから塩少々入れ、10～15分くらい)。そのまま冷ましておく。

7.塩抜きした数の子は、薄皮をきれいに取り、食べやすい大きさにちぎる。にんじんは厚めの短冊に切る。

8.すべてをあわせて漬け込む。豆の煮汁を少し入れると、味に丸みが出る。

❀ MEMO

*翌日から食べられ、冷蔵庫で2週間ほど保存できる。



白菜漬

お正月にちょうど食べ頃になるように
日を見て漬けます。
ごちそうの締めめに、ほっとする味。

❀ 材料

白菜3株 ゆず皮 唐辛子(種抜き・小口切り)

【調味料】 塩(白菜の3%位)

❀ 作り方

- 1.白菜は洗って半日ほど干す。
- 2.漬け桶の底に振り塩をしておく。
白菜を6等分か8等分して、樽にしっかりすきまなく並べる。
白菜を1段おいたら、上から塩・ゆず皮・唐辛子をまんべんなくかける。
これを繰り返して、1番上は塩を多くする。
- 3.しっかり重しをして漬ける。なるべく涼しい場所に保存。
- 4.水が上がったら、重しを軽くする。
一昼夜たっても水が上がらない場合は、1番上の白菜を上下逆さまにして、もう一度塩を振るとよい。
3日目位から食べられる。

❀ MEMO

- *塩分控えめなので、10日位すると少しずつ酸味が出てくる。
酸っぱくしたくないなら、少量ずつ漬ける。
- *大根を皮付きのまま4つ割にして、白菜の隙間に一緒に漬けてもおいしい。

やっちゃんのおせち

2008年1月 初版発行
2010年1月 第二版発行

料理 三富 康子 (やっちゃん)

編集・デザイン 三富 とくほ

撮影 内山 哲哉

協力 三富 勝夫
三富 きよみ
三富 貴峰

Copyright © 2008 Mitomi Tokuho

TOKU
-HON