



『いつまでも 美しい地球で
ありますように…』

先日、東京からのお客様に頂いたお菓子里に添えられていたしおりをご紹介します。

「昔々、白うさぎの耳は小さく、目は黒かったものじゃ。月の神様のおつかいの白うさぎが二匹見えるじゃろ？時々白うさぎは里（地球）におりてきては人々の暮らしぶりを見聞きしてまわり、月に帰って神様にお話しするわけじゃ。そこで神様は、里人の声をよく聞き届けられるように白うさぎの耳を長くされたそうじゃ。白うさぎの目が赤いのは、里人の悩みを知り、ついもらい泣きをするからじゃ…（以下略）」というものです。

話は変わって…宇宙のいろんな物質が集まって隕石となり、それらがまた集まって星になるのですが、今から46億年前に地球は誕生したのだそうです。それから7千万年後に火星くらいの大きさの星（地球の半分ほど）が地球にぶつかりました。ぶつかった瞬間、地球にめり込んだり無数の破片ができました。そのかけらが引力によって集められ、地球のまわりを回るようになりました。ギリシャ神話ではぶつかった星を「テイア」と呼び、地球の衛星である月の女神「セレネ」のお母さんなのだそうです。地球と月、この果てしなく広い宇宙で、このとてつもなく長い時間の流れの中でたまたま出くわして悠久の時をかけて緊密な関係は保たれ、育まれてきました。

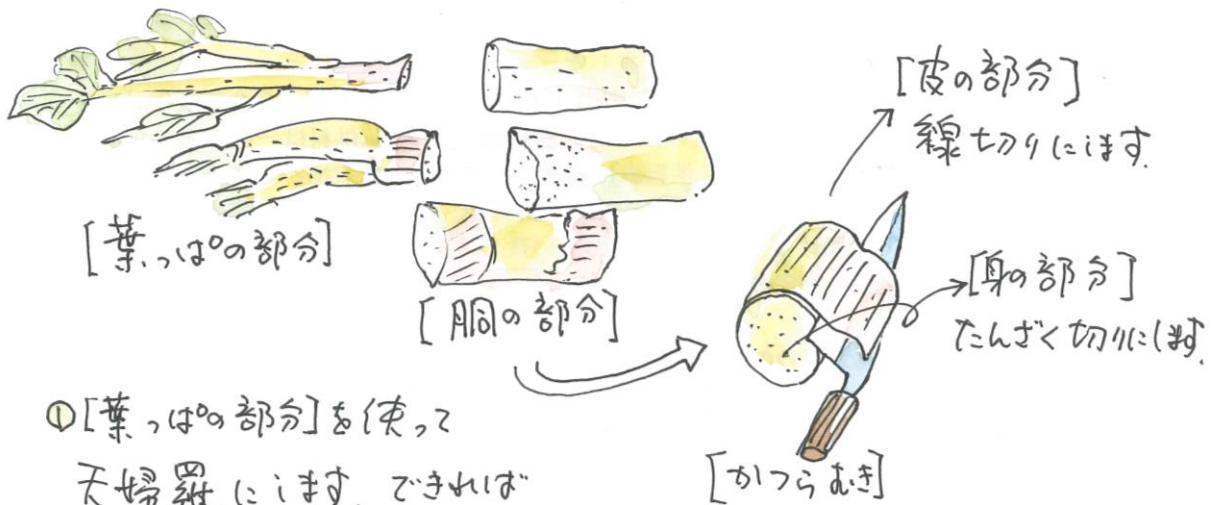
さて、私たち人類は地球の癌細胞になってはいないでしょうか？この星に生きるすべては互いに助け合い補い合って調和していることを忘れてしまっていないでしょうか？平和を獲得する手段を私たちは見誤っていないでしょうか？白うさぎさんが悲嘆のあまり目を覆い、耳をふさぐことのないようにしなくてはなりません、決して。

…気まぐレシビ…

目に青葉…の好時節となって参りました。この時期、精進料理でよく用いられるものにウドがあります。少々アクが強いのですが、それがまたたまらなく美味しい。南禅寺時代の老師様のお食事作りをしていたころが懐かしく思い出されます。

山ウドを松江の信者様からたくさん頂いたので、料理本の通りに一人前分の短冊切りしたものを酢水にさらしていたところ、老師が台所にやってこられ「これは何の水か？」と聞かれたので、「酢水です。」と答えると、「酢水は女の着るもんじゃ。」これにはびっくり(*_*; まさか管長さんの口からこんな素晴らしいジョークが飛び出すとは…笑っていいものやら、低頭すべきものやら…。で、老師様は頂いた全てのウドの皮を手際よくむき、塩水にウドをさらして自室にサッサと戻られました。酢水をシュミーズとは、いやはや参りました。

【ウドの精進三種】



① [葉っぱの部分] を使って

天婦羅にします。できれば塩でいただく方がいいものです。(抹茶塩もGood)

② [皮の部分] を線切りにしたら、胡麻油で炒め？ (揚げ油と少いのみりんを味と調えれば、ウド皮のきんぴらの出来上がり。)

③ かつらむきた [身の部分] をたんざく切りにして、例の塩水に

さらします。(葉っぱや、皮はさらさなくても良いですよ)

水気を切って 酢味噌あえ(酢・砂糖・味噌・オリゴマ・木芽)や、ゴマあえ(オリゴマ、うす口しょう油、砂糖少々、酒少々)などがおすすぬ。



① ウドの葉の天婦羅



② ウド皮のきんぴら



③ ウドのあえもの

3種類
それぞれに
お薬に
いただきます。