

# オトノハ

第二号

2011年8月

オトノハ料理教室レポート

<新連載>

ことのはキャッチボール



<連載>

まさしの知恵袋

おうちですぐに真似できちゃう店主の技あれこれ

オトノハ道具箱

出張まかない日記

オトノハの花

# オトノハ 第二号

## もくじ

---

### 特集

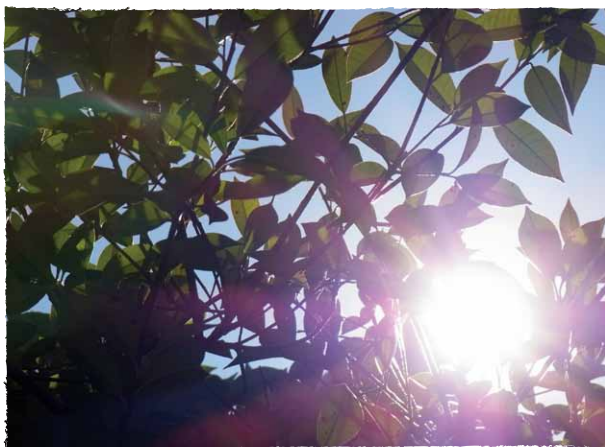
- 07 オトノハ料理教室レポート

### 連載

- 03 連続シャシン小説『日々是口福』  
11 ことのはキャッチボール  
13 オトノハ道具箱  
14 タモ子の出張まかない日記  
16 まさしの知恵袋  
17 オトノハの花  
18 編集後記



いつまでも懲りずに暑い。



暑いが、妻と昼飯を食べに外に出てみた。

この夏、何度めかわからない「そうめんがいいよ」  
を言いかけて、  
そうめんにもこの言葉にも飽きたと気がついたのだ。



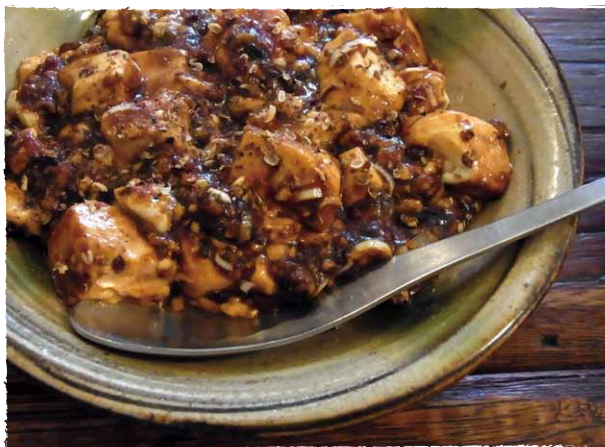
麻婆豆腐定食(ランチ)

人はそうめんのみにて生きるにあらず。

---

---

---



山椒のさわやかな香りをかぐと、  
力なく笑っていただけの胃袋がたちまち色めきだった。



妻は夢中で食べた。  
私も久しぶりにおかわりをした。  
なぜだか誇らしい。



---

オトノハ  
166-0004 東京都杉並区阿佐谷南1-14-12  
tel 03-5378-3531 (夜お席のみのご予約をおすすめしています)  
<http://otonoha.info/>

---

# オトノハ料理教室レポート

オトノハでは毎月料理教室をやっています。お店で人気のあんなメニューやこんな料理を店主から直々に教えてもらえる貴重な機会。「前から気にはなっていたけれど料理教室ってちょっと緊張」「どんな雰囲気なの?」「1人で行っても大丈夫?」と思っておられる方もいらっしゃるのでは。そんな方々のために、アサガヤデンシヨメンバーが参加した6月26日(日)の教室レポートをお届けします。



この日の開始時間は11時30分。10分前に到着すると、オトノハ店内にはほとんどの参加者が来ていてにぎやかでした。今回のメニューは「春巻」と「油淋鶏」。参加者はアサガヤデンシヨの3名+11名で合計14名。席には、作り方を書いたテキストが既に用意されています。

入り口横の丸テーブルに店主が立ちます。いわば教壇。「今日は料理教室初めてのメニューなんでキンチョーしてますっ!いやいや、いつもの店主にしか見えませんよ。

最初に自己紹介。

「以前、オトノハで食べた油淋鶏がこの世でいちばん美味しいと思って」

「私はピアニストですが、ピアノと料理は似てるなと思って」

「姉妹で参加しています」

「友達夫婦を誘ってきました」

はじめての方も、もう回数がわからなくなるほど来ている方もいらっしゃいます。女性が多いですが、男性もおふたりいました。



そうして、まずは店主による実演がはじまります。最初は春巻のあんづくり。テフロンのフライパンを、カセットコンロの火にかけます。そう、でっかい中華鍋や強力な業務用ガスコンロじゃないのです。あくまでも家庭で作るための教室なのですね。



手を忙しく動かしながらも、テキストに書ききれないポイントが店主の口から次々と飛び出します。「あの硬さはこれくらいがよいですねー」と、パットを傾けてみせたり。しかしその直後「あんはポテサラの残ったのもよいですよー」と驚愕の発言。でも、それも美味しそう。



続いて店主は油淋鶏をつくりはじめます。「油淋っていうのは、油をかけながら調理する方法のことです。でもそれは大変なので、ふつうに唐揚げにします」。こういう中華料理まめ知識も、教室の楽しみのひとつです。回鍋肉は本来、キャベツじゃなくて葉ニンニクを使う、なんて話もきけます。

まずはタレづくり。材料を混ぜて、ねぎをたっぷり、みょうがもたっぷり。あっという間に、独特の香り漂う酸味の効いたタレの完成。

続いて鶏肉に衣をつけて揚げます。揚げたかな？ と思ったら、竹串で確認。差し込んでちょっと置いて、引き抜いて唇の下で温度を見る。温かくなっていれば大丈夫。「揚げ物に慣れると、重さでも分かります。揚げると軽くなります」。重さ…。そんなの気付いたことがあります。

この間、アシスタントのタモ子さんは小皿を用意し、鶏肉を運び、カセットコンロのガスをとりかえたりと大忙し。参加者は写真撮影やメモをとったり質問したり、味見したりしながら、積極的に店主実演のお手伝いもします。この日の店主実演は料理が2種類あるせいか、ほぼ1時間かかりました。







さて、ここから後半戦。いよいよ参加者による実習です。この料理教室では、ある程度まで具材が仕込まれているのが特徴。春巻はあんがすでに仕込まれていて「皮に巻いて揚げるだけ」状態だし、油淋鶏の鶏肉はあらかじめ骨が抜いてあり、衣もボウルに用意されています。つまり、皮の巻き方や鶏の揚げ方など、伝えたいコツをきちんと絞っているということですね。

同じテーブルになったもの同士でお互い助けしつ、衣をつけたり鶏を揚げたり春巻を巻いたりしていきます。



「これくらいでよいですかー」「もうちょっと濃い色に!」など店主とのやりとりもはいつて、実々にぎやか。家庭科の授業みたいで楽しい。



できあがった春巻と油淋鶏は、店主が中華庖丁でざくっと切り分けてくれます。それをもりつけて、油淋鶏には先ほどのタレをかけて。





各テーブル料理ができあがると、お待ちかねの試食の時間。試食といってもしっかり1食分のボリューム。その上ご飯が用意され、飲み物(ビールか中国茶)までであるのです。

我々のテーブルは、全員ビール。だって揚げたての春巻と油淋鶏ですよ。



春巻は、パリパリを通り越して、パリンパリ。他のテーブルからも食べている音が、パリン、パリンときこえてくるくらい。これがたまらなく香ばしい、美味しい。そして、1枚はさんだだけとは思えないほど大葉の香りが効いています。国産の鶏もも肉を大きいサイズのまま揚げた油淋鶏は肉厚でジューシー。ビールもじゃんじゃんすすみす。おかわりしてる方もいましたよ(こちらはもちろん別料金で!)



食後には、オトノハの定番デザート「金木屋ソースの杏仁豆腐」が出てくるのも嬉しい。この日はさくらんぼをトッピング。

楽しく充実した美味しい2時間でした。リピータが多いのもよく分かります。店主やスタッフも、こんな風いつものとは少し違った形でお客様とやり取りするというのは貴重な機会ですし、何より日頃黙々と厨房で1人鍋を振りつけている店主自身がとても楽しそうなのが印象的でした。皆さんもぜひ!



# この日はキャッチボール

いつかは自分でお店をやってみたい……。多くの人が一度は夢見ることかもしれません。好きな空間の中で、好きなものを提供し、お客様に喜んで頂く。そうやって暮らしていけたらなんと幸せなことか。オトノハのホールスタッフであり、弊誌「出張まかない日記」連載中のタモ子さんも、そんな「お店願望」を持つ一人。ただ、夢の裏側にはやっぱり不安や疑問を抱えています。そこでオトノハ店主の妻であり独立開業のセンパイでもある桐野美樹さんに、独り立ちの心得やアドバイスを訊いてみることに。直に話して伝えるより、1冊のノートで交互にやりとりする交換日記の形式を選んだのは、より本音トクになるのではとの思いからでした。二人が繰り広げる言葉のキャッチボール、第一回目の始まりです。

## 2011年6月某日 タモ子

いつか自分たちのお店を持ちたい。そう考えるようになったのは結婚を意識した一去年の夏あたりからでしょう。私の主人は料理人で、いずれは独立したいと言っているからです。これは付き合い始めた頃から彼が口にしにに至ります。

料理人と結婚してお店を持ったら、その妻が必ずお店に立たなければならぬという訳ではありませんし、そうでない方もたくさんいらっしゃいます。それでも私がお店を手伝うことを視野に入れたのは、もともと物を作る仕事からです。

というわけで、現在オトノハで修行をさせてもらっています。桐野さんと美樹さんはどのような経緯でオトノハを始めるようになったのでしょうか。

## 2011年6月某日 桐野美樹

お店を始める動機については、店主も長く料理人をやっているし、私もずっと接客業に携わっていたので、「いつかは飲食業で独立を」というのはボンヤリあったよ。

「美味しい料理を作りたい、食べて喜んで頂きたい」「良い接客で、来て頂いたお客様をもてなしたい」この気持ちは、いわずとも胸に秘めてるし、当初から今でも当たり前のように考えていること。

ただ、具体的に動くきっかけになったのは「追い詰められた感」が強かったからかな。現実的でめんど。修業時代は給料も安いし、後輩を飲み連れに行かなきゃならぬし、とにかくお金がなくて。うちは子供が出来た結婚だったから、先立つものもないし、父親は仕事に出て一日中いない、休みもない、お互い話す時間もないうえ、なかなか未来が見えなかったね。

だったら子供を預けて働こうと思って、パートの面接と託児所の申込みも行ったんだけど、いざ勤めに出ようとしたら急に虚しくなってしまう。言い方はよくないけど「この数万円の給料で子供と一緒に時間を売るんだな」って。お金のことで四六時中キリキリしている母親よりも、プロの保育士と一緒にいるのが良いのかもしれないとも考えたけれど、踏みとどまってしまった。ただでさえ父親は子供の成長過程を見届けられないのに、私も離れたらいいないどうなるんだろうって。

そのときが一番、「お店をやりたい」って思ったかな。どうせだったら、やりたいことで暮らしたいなと。時間のある私が一番熱かったかもしれない、無駄にね。今思い返してみても相当の勢いがあったと思う。店主はその頃、忙しすぎて頭の中が飽和状態だったね。でも漠然と金銭面や体力面の不安はあったのかもしれない。私の勢いに押されつつ、心の中にどこか風穴が空いた印象だったから。そんな崖っぷちから始まっちゃうてるのよね、ウチの場合は。

ただ、本当に大変だったのは、独立を決心して開店した後だったんだよね。特に卓上の勉強については、全然足りていなかった。本当に甘すぎた。もう少ししっかりした予測と計画が必要だったよ。これだけはキッパリ言える。いきなり重い答えになっちゃって申し訳ないね。いま、タモ子は料理人の嫁さんになったのだから一歩リアルになったかもしれないね。

### 2011年6月某日 タモ子

返事遅くなってすみません。職業の選択や、独立するきっかけは本当に個人それぞれの事情があるんだなあと思います。私の場合は大学を出て、いわゆるOLというか事務職というか、普通の勤め人も経験したのですが、そのとき自律神経失調症になってしまっていて、その根本的な原因は「本当にやりたい仕事じゃなかった」ということでした。

飲食の世界に戻ってからは、体力的にも精神的にもハードだったりしますけど、道ばたでぶっ倒れるようなことがなくなりました。変な話ですが、忙しい毎日でも心が落ち着いているようです。

独立資金などの現実的な話というのは、夫が今の職場で料理長になってからよく話題に上ります。頑張ってくる後輩達を飲み連れて行ってあげたいけど、今の給料だと難しいとか、このままの金額で家族が増えたとしたらちょっとやっていけないとか。もちろん、独立してご家族を養っている方もいますが。美樹さんの返信を読んで、ここまでの苦勞を果たして自分で背負えるかなあと思ったり。

夫は上の立場になるまで「給料が安い」なんて口にしたことがなかったのでちょっと驚いています。いろいろ考えてはいるんだなあ。ただ、彼自身はこの職場でやらなければならないことが残されているので、具体的に独立のために動き出すのはもう少し先のことになりそうです。さしあたり軍資金の確保と、勉強(食べ歩き)を念頭に置いています。食べ歩きは「もし自分のお店だったら」というシミュレーションも兼ねて。そういう意味では、オトノハでの日々も十分シミュレーションにはなっています。

ところで美樹さんのおっしゃる「卓上で勉強」というのは、具体的にはどんなことでしょうか。

### 2011年6月某日 桐野美樹

返事が早くてすみません。卓上の勉強については、計算力を養うということになるのかな。私たちが修業時代、その社長はことあるごとに「そろばんを持って」と言っていました。もちろん実際に持つのではなく手腕として、という意味で。

どういうことかという、これは食べ歩き途中でも出来ることだけど、どこへ行くにも道すがら必ず不動産屋ってあるじゃない? 物件情報をボーッと眺めているだけでもなんとなくの家賃の相場の見当がつく。そしたら、ここに店を開いたら日売り平均はいくら位を目標にしていかなとか、社員は何人、アルバイトは何人いるかと想定して、人件費を頭の中で試算したり。そうすると自然とメニュー構成の値段もひもどけてくる。このあたりのことは、タモ子の夫だって詳しいかもしれないね。

実際に他のお店に入っても、学べべきことは山ほどあります。たとえば、国産の食材にこだわってるからって、値段設定が高すぎるように感じるお店ってあるでしょう。でも頭の中で計算するとこれは人件費が高いからなんだって気付く。昔、外国のコーヒーチェーンが1杯のコーヒーの値段の内訳をしていたことがあって、原価・家賃・人件費の中で人件費がいちばん高いの。コーヒー豆はギリギリまで原価を落とすとってた。「少し質を落としても、接客費が良ければ美味しい」って。私たちの考え方は違うけど、これはこれで目から鱗が落ちる思いがした。流行ってるお店って、それぞれ勉強になる部分があるんだよね。

そうやって自分の中で試行錯誤しながら、ひとつひとつそろばんをはいて計算を重ねていくと自分たちがやりたいお店の「叩き台」が見えてくる。こういうことが「卓上で勉強」なのかなって思う。私たちの場合、一応やっていけるつもりではいても、いま振り返ってみるとワフワフした理想に気を取られて、見なかった部分にしていたところが多いかな。だからやっぱり自分がオーナーになるには、料理人は包丁だけじゃなく電卓も持たなきゃダメだよってことなんだよね。

プロの道具ってかっこいい。オトノハならではの秘密を、ちょっとずつ教えてもらいます。  
第二回は「ジャーレン」です。



小ぶりな中華鍋に、穴がいっぱいあいているような形。  
使い込まれていい色になっています。

「何か道具をみせてください」と漠然としたお願いをするわたしたちに、店主は不思議な道具をみせてくれました。穴のあいた中華鍋といった風情のこれ。鍋部分の直径は 30cm 程度。中華鍋よりは少し浅い形です。さるみたいなののでしょうか。「油通し・油切り・湯切りに使うのですが、高温の油に通す事もあるんで鉄製でないとダメなんです」と店主。名前は「ジャーレン(炸鏈)」。

持たせていただくと、中華鍋に比べればもちろん軽い、はずなのですが、思ったよりずっしりきます。「右手で中華鍋を振りながら、左手でジャーレンを扱う事になるため、取っ手は必要なんです」鍋もジャーレンもそれ自体が重いため、すぐに扱えるものではないそうです。以前オトノハで修行していた料理人・小和瀬君も習得には苦労したとの事。「調理中、ガスコンロの脇にポウルとセットで定位置にスタンバイさせておいて使います。当然、料理人の肩の位置の違いとか体格によってしくりくる置き場所が違うんです。僕にとっては使いやすい場所でも、彼には合わなかった、そういう事もあるかも知れませんね」日々の仕事で、道具の微妙な配置も体にあわせていく。料理人はアスリートに似ていると改めておもったのでした。

## タモ子の出張まかない日記 第二回

前号から始まったオトノハのホール担当・田村さん(通称タモ子さん)の「まかない日記」、お陰様で大好評です。お店のまかないって、やっぱり気になりますよね。今回はタモ子さんの旦那様(こちらもプロの料理人!)をもうならせた、オトノハ朝市でも大人気のあのメニューが登場です。読み終えたら、思わずビールに手が伸びちゃうかも。



●田村裕子(タモ子)  
1983年 秋田県秋田市生まれ。  
高校卒業後、大学進学のため上京。  
大学3年の冬、アルバイト先でオトノハ店主と出会う(当時店主は料理長。採用面接も店主が行っていた)。  
大学卒業後、事務職を経て再び飲食業に舞い戻る。食べるのは好きだが、料理の腕前は小学生並み。

### 某月某日——豆腐と春雨のごまだれ



なめらかな絹ごし豆腐とつるつとした春雨は食欲減退がちな夏でも決して身体が拒否することのない食材。少し甘めの濃厚なごまだれが、あっさり味の豆腐と春雨にピッタリです。オトノハラー油のピリ辛がアクセント。シンプルですが、あなごれない一品です。

## 某月某日 — 正史のからあげ



店主特製・鶏のからあげ。とにかくうまい。以前、どうしても食べきれず、家に持ち帰ったことがあるのですが、持ち帰ったからあげを一口食べるなり、夫が真顔で驚いていました。「冷めているのにおいしい。」「肉に味がしみこんでいる。調味料は何を使っているのか。」と。冷めてもおいしいのは、固くなりにくい上新粉の衣だから。味つけの秘密は味噌を使っていること!! 「醤油より味噌の方が、肉に味が入る ... 気がする。」と店主談。この日は、付け合わせにフルーツトマト。醤油とお酢がベースのさっぱりしたタレに漬けこみ、よく冷やしてあります。ビールのみたい!!!

## 某月某日 — ジャージャー麺



ジャージャー麺は、北京の代表的な麺料理。肉味噌のあえそばです。甘辛い肉味噌あんは麺はもちろん、トマト、きゅうりとの相性も抜群。白いごはんに乗せてもおいしいだろうなと思います。みじん切りのみょうがの風味が夏らしく、さわやか。ミートソースのスパゲッティは苦手な私ですが、ジャージャー麺はおかわりしたくなるくらい好きです。



# まさしの知恵袋

第2回

おうちですぐに真似できちゃう店主の技あれこれ

- ①料理教室レポートにも登場した

## 春巻



皮の巻き方ひとつで食感がプロの味になるんです！



ゴクリ



↑  
パットやお皿で！

水分が皮にしみ込むと

コゲの原因になります。



NG

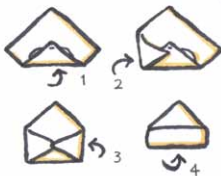


この向きにおましよう

いきなり餡をのせたりしません！



- ⑥あとはおなじみの4ステップ。



ここでイチバンのポイント！

すぐに揚げない時は大葉の面を下にしておくと皮がダシにくくなります

- ⑤その上に餡をのせる事で、汁のしみ込みを抑えてくれます。



大葉の風味がプラスされ見た目も美しく！

- ④まずは真ん中より少し下の部分に大葉をのせます。



- ⑦最後はきっちり巻かず少し**フカフカ**に巻きましょう。



- ⑧そうする事で揚げる時、油が皮のすきまに入り込み、1枚1枚がしっかり揚げられます！



揚げている間にぼう張したようになります。ひっくり返したり油をかけながらじっくり揚げましょう。

- ⑪...で食べてみました！



春巻を食べる音とは思えない！

- ⑩揚げあがったらタテにして油をよく切ります。その方が食感も長持ちして油ぬけがイイのです！



- ⑨ちなみにまささんの好みの揚げあがりの色はこのくらい。



ぜひお試しあれ〜♪

キツネ色よりもしっかりと揚げます！



# オトノハの花 #02「蛍袋(ホタルブクロ)」

ある日、いつものようにお店にお手伝いに向うと。

テーブルに一輪のホタルブクロの差し入れが。  
ヒロコさん(店主夫婦のお母さんです)が、阿佐ヶ谷住宅で咲いていたものを摘んできてくださったようです。

白い白い、ちょっと内気なはにかんだような姿の山野草。  
ワタシが昔から大大好きな花のひとつです。

本来、ホタルブクロは夏に森の中や林間の少し日陰になるようなところで咲きます。  
田舎道を山へと散歩し、森に入ってふと涼しくなると咲いている、そんな花。  
薄紅や淡い紫のものも多いようです。

袋状の花に蛍が入り、灯りのともった提灯のような状態を想像してみてください。子供たちがそれを手に手に夜道を歩いたという、なんとも可愛い昔話もあるんですよ。

でもまさか、こんな東京の街で自生したこの花に会えるなんて!  
阿佐ヶ谷住宅、今では人の手の入りもほどよくなり、野放図なまでにいろいろな植物が自生する素晴らしいエリアに。  
来年もその次も、ずっとこの花を楽しめるといいのに・・・

日本の山野草は、どことなくノスタルジックな印象を持ってしまいます。  
懐かしいような、郷愁にも似たほのぼのと嬉しくて切ない感覚。  
そんな気分を受けてか、花器は古い実験用具のガラス瓶を。

涼しげな、一輪のホタルブクロ。

夏の暑い盛り、一瞬のひんやりと心地良い風を運んできてくれました。

路地に入って少し歩くとあるオトノハ。  
その在り方は、夏の森に入るとふと咲いている、このホタルブクロに似ているのかも。



## ●ミワタ シンスケ

インテリア雑貨メーカーで企画・デザイン・営業(たまに製造も)に従事した後、店舗での接客販売・店舗展開へと移ってゆく。空間を彩ってゆく業務にのめり込み、インテリア内における観葉植物やフラワーアレンジメントの 카테고리に魅せられる。ショップ退職後はガーデンデザイナー、フラワーアーティスト、庭師さん方を手助け、現場で学ぶ。花を生業とする母や、ハーブの仕事をしていた叔母・飛騨高山で家具の世界を教えてくれた叔父などの影響を受けつつ、独自の「暮らしの中の植物」の在り方や世界観を探索中。

## 編集後記

当初は朝市のみで販売していた電書『オトノハ』、オトノハ店内での販売もはじまりました。バックナンバーも常時在庫しています！電書だから当たり前ですね。

さて、新連載「ことのはキャッチボール」今号からはじまりました。働くひとたちのリアルな、現在進行の往復書簡。創刊準備号の店主ご夫婦インタビュー続編みたいにも楽しめます。

小嶋 智

しんとして涼やかな杏仁豆腐の表紙をめくると、熱い記事でにぎやかな第二号です。「すてき!おいしそう!たのしかった!」な記事がワイワイとつづく中、新連載『ことのはキャッチボール』には自分も仕事への向き方を考えさせられました。

ところでオトノハに行くたび思うのですが、厨房からただよああの油の香り、いいですよえ。夏の暑さにへばっていても、たらふく食べたあとでも、あの香りがしてくるとたちまち「ハッ、おいしそう!」と胃がワクワクしてしまいます。…と書きながら香りを思い出していたら胃が「オトノハ?オトノハに行くの?」と元気になってきた。罪な香り!

末次寛子





## オトノハ 第二号

発行日：2011/8/28

発行人：小嶋智

発行所：アサガヤ☀️デンシヨ

(小嶋恭子 / 小嶋智 / 坂本千明 / 末次寛子 / 宗像幸彦)

表紙写真：月原武史

デザイン：mayu