

子供の喜ぶ春の御馳走

坂 本 花 代

「女子供」と昔から婦人や子供は役に立たぬ者として取り扱はれ、食事の時なども、子供には、「おとなしく、さつさと頂くのですよ」と眞に食事の時間を樂しむこともない様に躰けられた人々が、日本には多いと思ひます。世の中が忙しくなる程、三十分か一時間の食事の時間が、忙しい身にはどれ程樂しみかわかりません。

西洋では、子供の時から食事の時間を樂しむ様に、ゆつくりして頂く様に躰けられ、食物なども、特に子供にはかゝる物を調理されて、注意に富める物を頂くのみならず、食事の際もお行儀よく、眞に紳士淑女の禮儀を幼少の頃より、云はず語らずの間に、教へられ、忙しい生活の中にゆつたりとした生活をする様に教育される事は、美しい學ぶべきこと、思ひます。

學校に行く子供は、家が近ければ大抵は晝食に家に歸り、遠ければお辨當を持つか、又は學校で食事

を調べて出す様になつて居ります。子供に適するお獻立と調理の仕方とを二三御紹介いたしませう。

一

馬鈴薯のスープ。

パン、バター。

アプルスソース、又はスチュードアプルス

クキース。

二

豌豆のスープ。

パン、バター。

オレンヂ、ブディング。

クキース。

製法を次にお話します。その中に出て来る大量とは六人乃至八人前で、小量とは一人前であります。

ポテートスープ

大量 (小量)

煮て裏漉しにかけた馬鈴薯 コップ一杯半(大匙二杯)

牛乳又は牛乳に水

玉葱

バター

メリケン粉

鹽

セラーリ鹽

胡椒

小さきざみじパースリー

牛乳と玉葱をあたくめ、徐々に裏濾しにかけたる馬鈴薯を加へ、これとパースリーをのぞいて、残りの全部でホワイトソースを作り、裏濾しにかけ、もし裏濾しにかけ居る内冷えれば溫め、食卓に出す時にパースリーを加へます。ホワイトソースを作つてから裏濾しにかけるとは略してもよろしくあります。

アブルソース

大量 (小量)

林檎

水

レモン汁又はナツトメツグ

砂糖

林檎は上等の物でなくとも、よろしうございます。先づ林檎をよく洗ひ、傷みし所を取り、四つに割り、出来るだけ皮を薄くとり、鍋に入れ、水を加へ、柔

コップ四杯(コップ半分)

二切れ(茶匙八分の二)

大匙二杯(茶匙一杯)

大匙二杯(茶匙一杯)

茶匙一杯と半分(茶匙八分の二)

茶匙四分の一(少量)

茶匙八分の一(少量)

茶匙一杯(茶匙四分の一)

クギース

大量 (小量)

バター

砂糖

牛乳

卵

ベーキングパウダー

メリケン粉

ヴァニラ

コップ半杯(大匙半分)

コップ一杯(大匙一杯)

大匙一杯(茶匙四分の一)

二個(茶匙一杯)

茶匙三杯(茶匙四分の一)

コップ一杯半(大匙三杯)

茶匙一杯(四滴)

くなるまで煮、裏濾しにかけ、砂糖を加へて、又火にかけ、ブツブツ煮、火より下して、レモンの汁又は他の香料を加へ、よくかき混ぜ、冷えし時食膳に供します。香料は嗜好に任せ略しても宜しうございます。林檎を裏濾しにかけず、味をつけたのみで、スチュードアブルソースとして頂いてもよろしうございます。

バターを木匙にてクリーム様の様になるまでよくこね、砂糖、牛乳、うちたる卵、香料を加へ、次にメリケン粉、ベーキングパウダー(混ぜて篩にかけたもの)を加へ、堅い團子のかたさになし、もし柔かき時は、この量以外にメリケン粉を加へます。一時に少しづつのばし、ケーキカタールにて切り、中位の熱

度のオジンにて十分間焼きます。

豌豆のスープ(大量)

豌豆の煮汁

コップ二杯

バター

大匙二杯

メリケン粉

大匙二杯

鹽

小匙一杯

胡椒

小匙八分の一

牛乳

コップ二杯

豌豆を洗ひ、沸騰せる水の中にて柔くなるまで煮(柔く煮るのはコップ四合の水に對して茶匙半分のソーダを加ふ)、裏濾しにかけ、煮汁は捨てないで取つて置きます。バター、メリケン粉、煮汁にて、ホイットソースを造り、裏濾しにかけて豌豆と牛乳とを加へ、鹽、胡椒にて味をつけ、溫き間に食卓に供します。このスープは主としてランチ(晝食)の時に用ひますが、デイナーのスープコースに用ふる時でも儀式張らぬ場合ならよろしうございます。この豌豆のスープはスーブステック(パンを棒の様に切り狐色に焼きしもの)と共に出します。

オレンジブディング(大量)

蜜柑

五六個

砂糖

コップ半分

ポイルドカスタード

牛乳

コップ二杯

卵の黄味

三個

コンスターチ

大匙一杯乃至二杯

砂糖

コップ三分の一

蜜柑の皮をとり、袋より果肉を出し、砂糖をかけて混ぜ、器に入れ、別に卵の黄味をよくうち、コンスターチ、砂糖、牛乳を加へ、二重鍋で煮て、ポイルドカスタードを作り、蜜柑の上にかけて、卵の白味三個をかたくうち、上に置き、オヴアンに入れ、うすい狐色になる迄焼き出して、冷やしてから食卓に供します。

以上のスープの外、子供にはほうれん草のスープもよろしうございます。

ほうれん草のスープ(大量)

牛乳

二合

バター

大匙一杯

メリケン粉

大匙二杯

鹽

茶匙半分

ホイットソースを作り、ゆでたるほうれん草(なるべく湯を少く、全く水氣なしにゆでる)を小さくざ

み、又は裏濾しにかけて加へます。ほうれん草の量は好みのまゝにてよろしいです。

お辨當

お辨當にサンドウィッチを作る時には、バターはよく木匙でこね、クリームのように柔くしてつける、のびもよく、經濟的にバターを用ふことが出来ます。肉のサンドウィッチの外に、卵や野菜などで、色々出来ますから、御參考にもと、少し御紹介申し上げます。

卵や野菜のサンドウィッチの調味料に、ポイルドドレッシングを作りて置く調法です。これが土臺となつて、色々のサンドウィッチが出来ます。お子供様向のには、なるべく酢っぱくしない様に、辛子もきかせ過ぎない様に、又餘りたつぷりドレッシングを用ひぬ様に、注意が必要です。

ポイルドドレッシング

鹽

カラシ

砂糖

大量 (小量)

茶匙半分(茶匙四分の一)

茶匙一杯(茶匙四分の一)

大匙一杯(茶匙四分の三)

メリケン粉

卵(黄味のみなら二個)一個

バター

お湯

大匙一杯(茶匙四分の三)

(一個のE-4黄味なら半分)

大匙一杯(茶匙四分の三)

コップ半分(大匙二杯)

酢

コップ四分の一(大匙一杯)

鹽、カラシ、砂糖、メリケン粉を混ぜ、バターお湯を加へ、これに酢を徐々に加へ、二重鍋にてトロトロになるまで煮、一寸うちたる卵を加へ、裏濾しにかけ冷して用ひます。裏濾しにかかる事は略してもよろしうございます。野菜又は魚肉のサラダに此のドレッシングをかけて出します。このドレッシングはサンドウィッチに用ひます。

サンドウィッチの色々

卵のサンドウィッチ。

卵の堅くゆでたるものゝ白味を小さきぎみ、黄味を裏濾しにかけ、白味と黄味をませ、鹽、胡椒にて味をつけ、ポイルドドレッシングにてうるほし、パンを薄くきり、バターをよくこねて、のびよくしたものゝをパンに薄くぬり、卵をのせ、バターつけたパンの片を上においてはさみ、適宜の形に切つて用ひます。卵の代りに魚肉をほぐしたものゝか、牛肉、鶏

肉をひいたものを用ひてもよろしうございます。

レタスサンドウィッチ(西洋ちき)。

サラダ菜(レタス)にドレッシングを茶匙に二杯か一杯かゝけて、サンドウィッチに用ふればよろしうございます。又豌豆、竹の子など一度煮た野菜を小さくきざみて、ドレッシングをかけて、サンドウィッチに用ふるも結構です。

ジャムサンドウィッチ。

パンを薄く切り、ジャムをつけ、南京豆をきざみてふりかけ、バターをつけたパンを上においたものもよろしうございます。又、片側にジャムをつけ、片側に南京豆のジャムをつけたのをご合せてもよろしうございます。

サンドウィッチに果物とクキースなどでよいお辨當になります。クキースの外に、ケーキを頂いても結構です。これは上等の方で、先づ普通はクキースです。

○泣き初め

生れた時には泣き初め

少したつて笑ひぞめ

それからあるきぞめ

泣くのが最初だ、

死ぬ時には泣きをさめ

墓の中でも泣く

いつまでも泣くのだ

泣く方が多い。

(K・M作)