

るものよりも濛いものが流行して居るさうです、政治法律學術などの上に絶えず東西の文明が出入して居る通りに、美術的趣味も彼我互に交通して、婦人の風俗などは、常に此邊の變化を受けて居るのであります、要するに現在の日本婦人の衣服が、何時無なるかと云ふことは、建築に伴ふ問題で、殊に長い年月の間研究された正装の姿の如きは、日本婦人に好く適應して居るのであるから、永く維持せらるゝであらうが、併し或部分は必ず折衷さるゝであらう、否されねばならぬ必要があらう、それには何處よりか腰から下が早く折衷され、袴を用ひらるゝは將に近きにあらう、同時に帽子も用ひらるゝであらうが但し袂は長く、現在の儘に維持さるゝであらうと思ふのであります。(完)



お料理

みさを

一週間朝食獻立

一、月曜日

一、オート、ミール

一、スライストース

一、菓物

オートミールは大匙二杯を一合の水に浸し一晚置きます、翌日これを弱火にてよく攪きまはしながら煮ます、そして煮えましたら深皿に取り砂糖適宜に牛乳五勺計りかけて出します。

スライストースは先づパンを一分位の厚さに切りましてテンピカストーブの中に入れて焼きますとバク／＼になりますから尙取り出して遠火で焼きまして一層カリ／＼に致してさまして置きます、そしてさめましたら一面にバターを塗りて皿に盛りて出します、此パンを焼きますのにテンピカ

トープのないところでは、初めから遠火で氣長に焼きますと矢張り同じやうによく焼けます。

果物は其時々にあるものでよろしう御座います、なせ朝から菓物を頂くかと思はすと、此果物は多量の糖分と燐と酸とを含むで居ります、桃の熟したのには殆ど甘蔗と同等の糖分を含むで居ります、又此燐は生命健康等に關係致さないやうで御座います、

此燐は脳髓神經等の元素でありまして、心神上の活動及神經感動等に因りて消耗されま

すから、思想を費やす人即ち勉強盛りの子供には是非必要なことで御座います、それ故どちらの御

子様方も果物は大變御好きなので御座います、之れは自然の作用で是非子供には朝果物を與へま

す方がよろしいと思ひます、其に早朝果物を頂き

ますと便通を調へる功も御座います故食前に與へ

る方がよろしう御座います。

珈琲をおいしく頂きますには先づ一人前には大匙一杯として三人前ならば大匙三杯、これに玉子を破りまして其殻を一つぶり入れまして、之を浸す

だけの水を入れましてよく掻き廻して壺に入れ、

三合の珈琲を要する場合には、先づ其半分一合五勺の湯を入れまして壺の口を塞ぎ香氣の逸れ出ないやうにして烈火にかけて凡そ五分間煮沸しま

す、煮沸しますと珈琲は上に浮き上りますからよ

く掻きまはし火から下して、今度は下火にかけて十分か十五分煮まして前の残りの一合五勺の御湯

を入れます。

此様にして出来ました珈琲を注ぎますのに、其渣の出るのを防ぐ爲めにモスリンかフランネルの切

れで漉しましてもよろしう御座います、最も簡便な方法は珈琲を煮て火から取り卸すや否や、冷

水で大匙一杯加へ二三分間其まゝにしてをきま

す、渣は自然と沈澱して清らかな珈琲が出来ます

から直ぐに珈琲茶碗に注ぐ事が出来ます、此珈琲には普通クリームと砂糖とを入れて用ひますが、健

康の爲めには、クリームや牛乳を入れずに頂く方がよろしう御座います、なせならば、珈琲の中に含む物質とクリームと結合して腹中に於て膜の様になり消化するのに時間がかゝりますからで御座

います。

一、火曜日

一、ハムエツグス

一、ミルクトース

一、果物 一、チョコレート

上等のハムを凡そ一分位に薄くそぎましてバターで両面ザツトいためます、そして玉子を二つフライ鍋にバターを溶してよくバターが養たちましたら前の玉子を形のくづれぬやうに落して焼き黄のまど固まらない内に皿に取り、前のハムを其側に置きまして出します。

ミルクトースはパンを四分位の厚さに切り遠火で氣長く炙りまして狐色に焦し四分四方の角に小さくそぎみまして、養沸ちました熱い牛乳を其上から掛け砂糖をもふりかけて出します。

又他の仕方でも、日本風に折衷致しまして、先づ牛乳一合を沸して鹽と砂糖とを適宜に加へて養沸ちましたら上等の葛を少し水で溶いて、前の牛乳にませドロ／＼したトースを作り、前の如く焼きたるパンにかけて食膳に供します。果物は何でもよろしう御座います。

チョコレートは板にしてあるものを擦り卸して大匙三杯を熱湯二合にて溶して十五分間養ますと、濃くなりて、ドロ／＼になりますからクリームなれば上等ですが、牛乳でもかまいません一合入れまして砂糖は人々の好みにて適宜に入れて充分に之れを攪亂致しますと、泡が立つて参りますからそれを度として火から卸して、小さきチョコレートカップに注いで出します、このチョコレートは珈琲の如く大カップで出すものでは御座いませ

ん。

前の分量で三人前は充分御座います、又ココー

と同じ分量で前の如く養立て、用ひます、ココー

は熱帯の産する植物の種子の粉にしたものでチ

ョコレートは此ココーに交せ物をして製したも

ので御座います。

一、水曜日

一、コーン、ミール

一、スクランブルド、エツグス

一、果物 紅茶

コーンミールとは唐蜀黍を細かく碎いたもので大

變に滋養に富むもので御座います、此のコンミールを大匙二杯を一人前の量として水にて溶し遠火にて氣長く煮ます、煮えますと固まりますから、それに牛乳と白砂糖とをかけて出します。

スクランブルドエッグスは玉子二つをわりよく攪亂して牛乳五勺を加へ鹽胡椒を適宜に加へて、フライ鍋にバターを溶かしバターが煮立ち泡がきえましたら、前の玉子を入れて、よく攪廻して柔らかい内に鍋を卸して直ぐに皿にとりて出します、之は固くしてはいけませんから、まだ餘程柔かい時分に鍋を卸しますとお皿に盛るまでに丁度よくなります、之れにスライスドビーフを添えて出しますと尚上等で御座います。

紅茶は茶匙一杯を一人前と見つもりて熱湯をつぎてよく色が出ましたら、クリームやお砂糖を入れて出します。

木曜日

一、チャーマントスト

一、ワシントンオムレット

果物

珈琲

ジャーマントストとはパンを一寸四方位の厚さ四分に切りまして、一人前二切の割合で御座います、之れに玉子の大きい一つをよく攪き亂して牛乳五勺を入れ砂糖を適宜に入れてよく攪まはし出して之れに前の切りましたパンを浸し、よくパンに浸み込みましたら、フライ鍋にバターを溶かし、よく煮立て浮き上りし泡の消えましたのを度として、前の浸したパンを入れて両面ザツとしためます、餘り強火ですと焦げますから文火の方がよろしう御座います、しかしバターを溶しますには初め強火でよく溶して置きませんといためた物が油くさくて頂かれませんが、前の如くして出来上りましたら、お皿にとり、砂糖をふりかけて出します、之れはナカ／＼おいしいもので御座います。

ワシントンオムレット、之れは前のジャーマントストのつかひました残りのパンをむしつてよう煮沸ちたる牛乳一合を注ぎます、パンは牛乳一合について大匙一杯の割合にて暫時牛乳に浸し置きます之れに玉子三つをよく攪廻して加へ、鹽胡椒末を適宜に加へて、フライ鍋にバターを溶しよく煮立

ちて泡の消えし時に前のものを入れて焼き褐色になるまでやきて四角に切り皿に盛りて食膳に供します、之れには鹽氣だけでお砂糖を用ひませぬ。

一、金曜日

一、ベーコントリスト

一、ソフトエツグス

一、果物 ココア

ベーコンを極薄く切りまして、ふらい鍋でバターデいため、パンを遠火でコンガリと焼きました、トースの上のせて皿に盛りて出します。

ソフトエツグスとは半熟玉子の事で御座います、此半熟は白身がほんの固りかけた位で黄身の方が稍白身より固い加減に湯煮なければいけません、先がお湯が指先をチョイと漬られる位までに煮立たせて(華氏の寒暖計で百五十五度前後)其お湯の中へ玉子をフツト入れて三十分から四十分間湯煮ますと白身も黄身も丁度好加減に半熟になりますして其味の好い事は普通の半熟玉子や湯煮玉子の様で御座いませぬ、且消化も大層早いもので御座います、尚簡便な方法が御座います、これは最初

お湯をグラ〜沸立たせて其中へ玉子を割れないようにソツト鍋の端から二らせて入れ、三十秒即ち半分間の後鍋を火から卸して鍋共に火氣のある暖へところへ五分間置きますと丁度よい加減になります、急ぐ時は之れが一番早く出来まして便利で御座います。

ココアの製法は前にチョコレートの時に申上ましたから略します。

一、土曜日

一、ハム、オムレツ

一、ホットケーキ

一、果物 紅茶

先づ上等のハムを少し小さく切りて一寸バターにしていためて置きます、それから玉子を黄身と白身とわけます、此分ける時には先づ玉子の中央を二つに割り、平たき皿をかけて其殻を両手に持ちて黄身を幾度となく左右の殻に移し替へ其際白身を下の皿に滴して之を分ちます、そして黄身を深き皿に入れ充分之を攪亂して牛乳胡椒とメリケン粉とを加へ置きます、白身は黄身が一點も混ざらな

いように注意してホークで之を掬ひ上げながら精圓形に廻轉致します、此様に居りますと白身は全く泡立ちて中に空氣を含み吹けば飛ぶ如くになります、此攪廻す時に延廻しをしたり手をやすめたり致しますとナカ／＼泡立ちません。倍此様にして白身が泡立ちましたら前の黄身の中へだますように少しづゝ此白身の泡を交えます、此交えます時にメリケン粉を少々づゝふりかけますとよく度ります、斯うして出来ましたらフライ鍋にバターを溶してそれに注ぎ下の方が固りかけましたら前のハムを其中央に入れて平たき庖丁にて焦付かないように押上げて半分に折り重ねます、そして暖かき皿に鍋の一端から送り移します、通常のおムレツは玉子一つに大匙三杯の牛乳と鹽を一撮みの割合で玉子を攪き亂してバターで焼きたる後折重ねて皿に移します、折り重ねます前に洋芹を少々刻み或はチーズを擦れ卸して少々入れますと大變結構で御座へます。

ホットケーキは先づメリケン粉をふるひて大匙三杯にペーキングパウダーを軽く小匙に一杯をよく

交合せ合せて牛乳大匙一杯と水を適宜に入れてドロ／＼に溶きます、よく溶けましたら、フライ鍋にバターを溶かして大匙にて前のものを掬ひ二寸直徑位の大きさに鍋に落して両面を一寸焼きますとフツクリとよくふくれれますから皿に取りて之れに果物のシラツプをかけて頂きます、又シラツプのはりに蜂蜜をかけてもよろしう御座へます。

以上述べましたのは只ほんの簡便な料理法ばかりを撰みましたので御座いますから、之れを應用なさつてお子様方にお上げになつたら好いでせうと思ひます。

