

開き不良



水分を吸はせてから衣を附けて揚げます。

残りの衣の中に玉葱といかの足を入れて、小麦粉を補ひ、軽く混ぜ、適當の大きさにして揚げます。

油から取り出した揚げ物は、一旦揚げ鍋の上に渡した二本の串または金網の上に取つて、油をきります。

揚げ物を皿に盛り、大根おろしを添へます。

附け醬油は生醬油または割り醬油を用ひます。割り醬油は醬油一、煮出し汁二を混ぜます。

衣に味をつけて揚げ物を作れば、附け醬油の必要もなく、惣菜用には手軽です。衣を作るのに、鶏卵を用ひれば、味もよく、出来ばえもよいものです。衣の濃さは材料の種類によつて加減します。例へばかき揚げのやうなものは濃く、三つ葉や海苔のやうなものはうすくします。

南瓜は種類によつて水分が相當に違ひますが、どれも澱粉を主成分とし、糖やカロチンの多いものがあります。

材料 いかの肝臓の塩から 塩 肝臓の百分の十五乃至三十ぐらゐ

いかの肝臓に塩を加へて、器に入れておき、時々かき混ぜます。

塩の濃さはうすい方がよい味ですが、夏は濃くしないと保存が困難です。凡そ一週間ぐらゐで食べ頃となります。

(七) いわし園子汁 揚げ菓子 白菜の塩漬
イ いわし園子汁

昭和二十一年四月一日 印刷印刷
昭和二十一年五月十五日 印刷印刷
昭和二十一年四月一日 印刷印刷

高等商業学校 第二学年 国語 八巻
定價金 參拾五錢

著作權所有 發行者 文 部 省

東京都小石川區久堅町一〇八番地

印刷發行 日本書籍株式會社

代表者 大 橋 光 吉

東京都小石川區久堅町一〇八番地

印刷所 日本書籍株式會社

發行所 東京都小石川區久堅町一〇八番地
日本書籍株式會社

Approved by Ministry
of Education
(Date Apr. 1, 1946)

材料 いわし 六尾

こばう 五〇グラム

葱 一〇〇グラム

味噌 七〇グラム

小麦粉・塩 適量

大根 一五〇グラム

水 六〇〇立方センチ

こばうはさ、がき、葱は斜め切り、大根はいちやうまたは半月に切ります。

いわしのえらとはらわたを去り、洗つて適當に切つて庖丁でた、きます。次にすり鉢に入れてすり、塩を入れて更にすり、最後に小麦粉を入れます。

こばう・大根で普通の味噌汁を作り、煮立つたところへいわしのすり身を適當の形にして入れ、この團子が浮き上る頃に葱を入れ、煮立つたら火からおろします。

いわし團子の中に葱・しやうがのみじん切りを入れると、なまぐさみを消し、且つ風味が加ります。新鮮ないわしははらわたも用ひます。

ロ 揚げ菓子(花林糖)

材料 小麦粉 一〇〇グラム

水 五〇立方センチ

砂糖 三〇グラム

醬油 一〇立方センチ

重曹 一グラム

塩 一グラム

水 三〇立方センチ

小麦粉と重曹とをよく混ぜ合はせます。これに塩と水を加へて軽くこね、これを〇・三センチメートルぐらゐの厚さにのばし、幅〇・三センチメートル長さ四センチメートルぐらゐに切ります。

油を火に掛け、適當な溫度になつた時、右の材料を入れて時々混ぜ、うすい茶色の焦げ色がつき、からりとなつた時、取り出して油をきります。

砂糖と水を鍋に入れて弱火に掛け、糸を引くやうになつたら火からおろし、手早く揚げた材料を入れて、砂糖にかへるまで混ぜます。

小麦粉に雑粉を加へると、榮養にも嗜好にもよいものが出來ます。この際に用ひる雑粉は、全量の三割内外が適當です。

揚げた材料に砂糖を附ける時に、醬油を加へると風味がよくなります。醬油は、砂糖が糸を引くやうになつてから入れ、煮立てて用ひます。

ハ 白菜の塩漬

材料 白菜 一キログラム

塩 五〇グラム

白菜の枯れ葉を去り、洗ひやすく且つ塩が滲み込みやすいために、根附きの太い部分に、十文字に切り目を入れるか、または切り離し、洗つて水を切ります。

次に桶の底に塩を適宜に振り、用意した白菜を一畝べ入れて、また塩を振ります。これをくり返して全部漬け終つたならば、上面に塩を振り、おし蓋をしておし石を置きます。

おし蓋に水が上つたならば軽いおし石と取り換へます。重いおし石を長く置き過ぎますと、菜がおし潰されて固くなります。菜の塩漬の塩は、普通は菜の目方の百分の五ぐらゐる用ひますが、長く貯へるには、百分の十ぐらゐるまで増します。

塩漬の漬る日数は、菜の種類や氣候によつて違ひますが、白菜のやうなものは、水が上つてからなほ數日を要します。

(八) するとん 青菜のこまあへ 澤庵漬

するとんは、小麥粉を水でよくこね、適當の大きさにして汁に入れて煮たもので、御飯代りになります。汁にはすまし汁・味噌汁などいろいろありますが、これに肉や油揚げを入れれば蛋白質・脂肪が加り、野菜を取り合はせれば、無機質やビタミンをも補ふことができます。このやうなするとんは、主食と副食とを兼ねるものです。

イ するとん

材料 ござう 五〇グラム

油揚げ 一枚

葱 一〇〇グラム

小麥粉 二〇〇グラム

水 六〇〇立方センチ

煮干し 一二グラム

塩 三グラム

醬油 二〇立方センチ

ござうは洗つて、さ、がきにし、油揚げは適當に切り、葱は枯れ葉と根とを去り、洗つて二センチメートルぐらゐに切ります。

鍋に水と煮干しとを入れて火に掛け、煮立つたらござう・油揚げを入れます。次に葱を入れ、塩と醬油で味をつけます。それに小麥粉を水でよくこねて適當の大きさにして入れ、煮えて浮き上つたら火からおろします。

小麥粉をこねる時の水の量は、粉の目方の八割内外が適當です。

小麥粉にいの類のおろしたものを加へてするとんを作ることもあります。

油揚げを用ひない時は、ござうを油でいためてから煮るとよいのです。

ロ はうれん草のこまあへ

材料 はうれん草 二〇〇グラム

こま 二五グラム

醬油 三〇立方センチ

はうれん草は洗ひ、莖の根元は煮えやすいやうに切り目を入れて、蒸し煮にし、水に浸し、直ちに水をきり、二センチメートルぐらゐに切ります。

こまは洗つて煎り、すり鉢でよくすり、調味料を加へて、準備したはうれん草を入れてよく混ぜます。

ハ 澤庵漬

材料(四斗一樽分) 干し大根 約一〇〇本

塩 二・四キログラムぐらゐ

糠 二・五キログラムぐらゐ

大根を洗つて水をきり、約五、六日間干します。塩と糠をよく混ぜ、桶の底に適當に入れ、その上に大根をすき間なく並べ、混ぜた塩・糠を限り掛けます。これをくり返して全部漬け終つた時、おし蓋をして重いおし石を

置きます。おし石は最初は七、八十キログラムぐらゐるものを置き、水が上つたならば五、六十キログラムのおし石に換へます。

澤庵は貯蔵期間の長短によつて大根を干す程度、塩や糠の分量、おし石の重さを適宜に加減します。
前記の方法によつて、十一月中旬に漬け込んだものは、十二月末から一月または二月までが食べ頃です。

(九) いため御飯 即席吸物

いため御飯は、これに用ひる材料の配合が適當であれば、副食を兼ねたものにすることができ、その上調理の方法も簡單であります。

イ いため御飯

材料 御飯 四人分

玉葱 二〇〇グラム

油 四〇グラム

干し小魚 三〇グラム

にんじん 五〇グラム

塩・醬油 適量

玉葱はみじん切りにし、にんじんは二センチメートルぐらゐのせん切りにします。

鍋に油の四分の一を入れて火に掛け、熱して玉葱・にんじんを入れていため、次に小魚を入れ、塩と醬油で味をつけて別の器に取ります。その鍋に残りの油を入れて御飯をいためます。この中に豫め用意した材料を入れて混ぜます。

ロ 即席吸物

材料 ところ、昆布 八グラム

水 六〇〇立方センチ

醬油 五立方センチ

煮干しまたは鰹節 八グラム

塩 四グラム

鍋に水と煮干しを入れて火に掛け、煮立つたら弱火にし、塩と醬油で味をつけます。

碗にとろ、昆布を入れ前の塩と煮干しを盛ります。鰹節を用ひる場合には、鰹節を薄く削り、とろ、昆布と共に碗に盛り、これに醬油十立方センチぐらゐを入れて、熱湯を注いで混ぜると出來ます。

(十) 散らしずし 貝のうしほ汁

イ 散らしずし

材料 米 四〇〇グラム

椎茸 一〇グラム

合はせ酢 水の目方の十分の一

にんじん 五〇グラム

水 適量

干瓢 二〇グラム

塩 酢の目方の十分の一

卵 一箇 海苔 一枚

さやいんげん 少々

御飯は硬めに炊きます。

酢と塩とを混ぜてよく溶かしておきます。

御飯を熱いうちに器に移して、直ちに合はせ酢をかけ、あふいで急にさまします。

椎茸と干瓢とをざつと洗ひ、水に暫く浸し、軟かくなつた時適宜に切り、火に掛け、煮立つたら醬油を入れて、

煮汁が殆どなくなるまで煮ます。

さやいんげんとにんじんはせん切りにして蒸し煮にし、塩味をつけます。

卵は砂糖と塩とで味をつけて薄く焼き、細くせん切りにします。海苔はもみ海苔にします。酢を合はせた御飯に干瓢・椎茸を混ぜ、これを器に盛ります。その上に卵・海苔・にんじん・さやいんげん等を配合よく盛り合はせます。

ロ 貝のうしほ汁

材料 貝(はまぐり) 八箇

水 六〇〇立方センチ

塩 六グラム

貝を洗つて鍋に入れ、水を加へて火に掛けます。これが煮立つて貝が開いた時、塩を入れ、火からおろして暫く置きます。

これに木の芽または薄く切つたゆずの皮を吸口として用ひると、風味がよくくなります。

貝類を殻のまま煮る時は、殻の開くの程度とし、煮過ぎないやうにします。

三 團體炊事

團體炊事は時間・勞力・燃料・費用等の節約になりますから、これを適當に利用し、餘力を増進その他に役立つことは、極めて意義のあることであります。

その獻立は、營養的であつて、特に少い食器で間に合ふやうにすることが必要であります。

實習

(一) 混ぜ飯(五十人分)

材料 米 七キログラム

水 適量

切り昆布 一〇〇グラム

さやいんげん 五〇〇グラム

身欠き鰯 一・五キログラム

油 二五〇グラム

にんじん 七五〇キログラム

塩 一〇〇グラム

玉葱 一・五キログラム

醬油 適量

米は洗つてざるに上げておきます。

釜に定量の水を入れて湯を沸かし、煮立つたら米を入れ、底からかき混ぜて中央を凹ませるやうにします。そのまゝ、強火を續けて、再び煮立つたら火を弱め、表面の水分が大體引いた時釜をおろし、十五分乃至二十分間むらしておきます。

身欠き鰯は、あくまたは白水に一、二日ぐらゐ漬けておき、軟かくなつたら、よく洗つて細かく切ります。

にんじん・玉葱は適宜にせん切りにします。

切り昆布は手早く洗つて砂を去り、適宜のせん切りにします。

さやいんげんは筋をとつて、適宜に斜め切りにします。

先づ鍊をいため、次ににんじん・玉葱、切り昆布を入れていためてから、さやいんげんを加へ、塩と醬油で味をつけます。御飯を移す時には、いためた材料をなるべく平均になるやうに混ぜます。

(二) 大根の切り漬(五十人分)

材料 大根(葉共) 二・五キログラム

塩 七五グラム

葉は小口から細かく、大根は短冊に切つて、一つの器に入れ、塩を振つて混ぜ、おし蓋をしておし石を置きます。

四 慶弔時の食物

(春) 赤飯 魚の姿焼 鶏の吉野蒸しと青菜のすまし汁 よめ菜のひたし 香の物
イ 赤飯

材料 糯 四〇〇グラム

小豆 四〇グラム

小豆は洗つて鍋に入れ、水を入れて火に掛け、皮が切れない程度に軟かく煮て、ざるに上げておきます。米も洗つてざるに上げ、水をきつておきます。小豆の煮汁がさめてからこれに米と同體積になるくらの水を加へて、その汁に米を二時間ぐらゐる浸けて後、ざるに取り上げ、小豆を混ぜて蒸し器に入れて蒸します。軟かく蒸し上げるためには、蒸す間に前の小豆の煮汁または水を數回振り掛けます。

こま塩

材料 黒こま 九グラム

塩 六グラム

こまは洗つて砂などを取り除き、水けをきつて煎ります。煎り上る頃に、塩を入れて混ぜます。

ロ 魚の姿焼 附け合はせ(とくさうど)

材料 魚 四尾

塩 魚の目方の百分の一

うど 一本約一〇〇グラム

酢 二〇立方センチ

魚のうろこ・えらを取り、下身の胸鰭の下から腹を開いてはらわたを出して水で洗ひます。次に串を刺して兩面に塩を振り掛け、上身から先に火に掛けて焼きます。この時の火加減は、初めは強く次に弱めて、内部までよく焼けるやうにします。

うどは洗つて皮をとり、四センチメートルぐらゐの長さに切り、水に漬けてあくを抜きます。次に鍋に入れて水を少量加へ、酢と塩約十五グラムを入れて汁のなくなるまで煮ます。これに青海苔をまぶします。盛りつける時には、先づ魚を、その手前にうどをつけます。

問 魚に串を刺す時、どんな注意が必要ですか。またどうして抜きますか。

ハ 鶏肉の吉野蒸しと青菜のすまし汁

材料 鶏肉 四〇グラム

くずまたは片栗粉 少量

青菜 五〇グラム

塩 適宜

醬油 少量

煮出し汁 六〇〇立方センチ

鶏肉を薄く切り、塩を少量振り掛け、次に片栗粉を全面にまぶしつけます。これをまないたにのせてすりこ木でた、きのばし、蒸し器に入れて蒸します。

青菜はよく洗って蒸し煮にして、手早くさまし、軽くしばって適宜の長さに切ります。

前記の材料を椀に盛り、次にすまし汁を作つて入れます。

ニ よめ菜のひたし

材料 よめ菜 四〇〇グラム

醤油 四〇立方センチ

よめ菜はよく洗つて蒸し煮にし、水につけてあくを抜きます。次に軽くしばって三センチメートルの長さに切り、醤油で味をつけます。

ホ 香の物

問 出来上つたものはそれ／＼どんな器に盛りますか。またどう配膳しますか。

魚の網焼 網で魚を焼く時には、最初に網を火に掛けて熱しておき、その上に切り身ならば肉の方から焼き、頭附きのものは下身の方から火に當て、生焼けにならないやうにして焼きます。

(夏) 冷しうどん 茄子のしぎ焼 にんじん・さやいんげんの白あへ 香の物 関子

！イ 冷しうどん

材料 干しうどん 四〇〇グラム

水 うどんの目方の約四倍

定量の水を鍋に入れて火に掛け、煮立つた時うどんを入れて蓋をし、再び煮立つた時、火からおろして、二ト

分間ぐらゐるそのまゝにして、むらしておきます。次に取り出して水に入れて冷し、ざるに取つて水をきります。

つけ汁

材料 煮出し汁 二〇〇立方センチ

醤油 七〇立方センチ

右の材料を鍋に入れて火に掛け、煮立つた時に火からおろしてさまします。つけ汁の味は好みによつて濃さを加減し、また味つけには塩と醤油を併用することもあります。

薬味として葱・みやうが・青紫蘇・七色たうがらしなどを用ひます。

ロ 茄子のしぎ焼

材料 茄子 三〇〇グラム

味噌 一〇〇グラム

ごま油 少量

味噌をすり、硬い時には少量の水を加へて混ぜます。次に茄子を洗つてへたを去り、一センチメートルぐらゐの厚さに切り、串を刺し、油を塗つて、焦げ目のつくまで両面を焼き、前記の味噌を附けて、再びざつと焼きま

す。
鍋で焼く場合にはフライ鍋等にごま油を少し入れて火に掛け、煙の上る頃に茄子を入れて、両面に焦げ目のつくまで焼き、ねり味噌を附けます。

ねり味噌は味噌に水を少し入れて火に掛け、ねつて作ります。

ハ にんじんとさやいんげんの白あへ

材料 にんじん 一〇〇グラム

さやいんげん 二〇〇グラム

豆腐 一五〇グラム

塩 適宜

にんじんは洗つて、三センチメートルぐらゐの長さの短冊形に切ります。さやいんげんも筋をとつて洗ひ、同じくらの長さに切つて、にんじんと一緒に鍋に入れ、水少量を加へて火に掛け、軟かになつた時、塩を入れて味をつけます。次に、豆腐は布巾に包み、適當に水けをきります。次にすり鉢に入れてすり、塩で味をつけ、にんじん・さやいんげんを入れてあへます。味をよくするために、ごま・くるみ・落花生などを入れることもあります。

ニ 香の物 胡瓜・玉菜の刻み漬

材料 胡瓜 一〇〇グラム

玉菜 一〇〇グラム

塩 六グラム

玉菜は洗つてせん切りにし、胡瓜も洗つて小口から薄く切り、器に入れ、塩を振り掛けて混ぜ、軽くおし石をします。これに青紫蘇などを入れれば一層風味を増します。

問 刻み漬の汁は何に利用したらよいでせうか。

ホ 園子

材料 しん粉 二〇〇グラム

水 約一六〇立方センチ

しん粉に定量の水を入れてこね、まるめて平たくし、蒸し器にぬれ布巾を敷き、その上に乗せて蒸します。蒸

し上つたら取り出し、一旦冷して、手に水をつけながらこねて、適當の大きさに丸めます。次に小豆あんをまぶして器につけ、上に砂糖を振り掛けます。また砂糖と塩で味をつけたきな粉等をまぶして用ひることもあります。

小豆あん

材料 小豆 一五〇グラム

塩 三グラム

小豆を軟かく煮て軽く潰し、塩で味をつけます。

(秋) 栗飯 きのこと豆腐のくず掛け汁 里芋・いか・南瓜の盛り合はせ 香の物 寄せいも

イ 栗飯

材料 米 四〇〇グラム

栗 一五〇グラム

塩 五グラム

醤油 一五立方センチ

小粒の栗を選び、渋皮をとり、洗つておきます。御飯は普通の水加減にして、その中に塩と醤油を加へ、米と栗を入れて炊きます。

ロ きのこと豆腐のくず掛け汁

材料 きのこと(初茸・松茸・しめぢ) 適宜

豆腐 一五〇グラム

煮出し汁 六〇〇立方センチ

くず 二〇グラム

塩・醤油 適宜

きのこを洗ひ、石附きをとつて適宜に切ります。豆腐は適當の大きさの菊花に切り、ゆでて水をきつておきます。豆腐のゆで汁を利用して煮出し汁を作ります。前記煮出し汁を鍋に入れ、煮立つた時塩と醤油で味をつけ、

開き不良

開き不良

開きのこを入れて煮、再び煮立つた時火を弱くして、別にくすを四十立方センチの水で溶き、少しづつ加へて静かに混ぜます。

碗に菊花豆腐を盛り付け、前記くす掛け汁をしづかに注ぎ入れます。
これにしやうがをおろして用ひれば風味を増します。

ハ 里芋・いか・南瓜の盛り合はせ

材料 里芋 一二〇グラム

いか 二〇〇グラム

南瓜 二〇〇グラム
塩・醤油 適宜

里芋は洗つて皮の汚い部分だけを取り、適宜の大きさに切ります。次に南瓜も洗つて里芋より大きく切り、種子をとりまします。鍋に里芋と南瓜を入れ、材料の三分の一ぐらゐの水を加へて火に掛け、軟かになつた時、塩と醤油で味をつけます。

いかは下ごしらへをして、皮付きの方に、縦横に布目形に切り目を入れます。鍋に前記のいかを入れ、塩を加へて火に掛け、煮立つた時かき混ぜていかを取り上げ、汁を煮詰め、再びいかを入ねて、全體に火の通るまでかき混ぜます。

器に前記三品を配合よく盛り合はせ、上に青いゆずの皮を松葉形などに切つて添へます。

問 いかを煮る時、水を入れないのはなぜですか。また一旦取り上げて汁を煮詰めるのは何のためですか。

ニ 香の物

昭和二十一年四月廿三日 翻刻印刷
昭和二十一年六月三十日 翻刻印刷
【昭和二十一年四月廿三日 翻刻印刷】

高等科家事 第二學期第二分冊
定價金 參拾五錢

著作權所有 發行所 文 部 省

Approved by Ministry
of Education
(Date Apr. 23, 1945)

東京都小石川區久堅町一〇八番地
翻刻發行 日本書籍株式會社
代表者 大 橋 光 吉
印刷所 日本書籍株式會社

發行所 東京都小石川區久堅町一〇八番地
日本書籍株式會社