

おやじの弁当作り

大阪大学大学院工学研究科
地球総合工学専攻 准教授

岸 本 一 蔵

「おやじの弁当作り」などという題を目にされて、「??」と思われた方も多いのではないだろうか。弁当を作るということ自体にはなんの珍しさもないのだが、“おやじが作る”となると多少なりとも話題性を帯びてこの様に原稿依頼がくるのだろう。もっとも、女性の読者の中には、“男が弁当を作る”なんてことだけで記事になるなど言語道断!とお怒りの方もいらっしゃると思う。まあ、確かにその通りなのだが、メジャーな存在でないことも事実らしいので、この点についてはご容赦いただきたい。

で、最初にこの「おやじの弁当作り」の状況をもう少し説明すると、「高校生の息子に毎朝弁当を作っている」ということなのだが、ここで多くの方は「嫁さんはどうしたんや、嫁さんが作らんのか?」という極めて自然な疑問を持つことと思う。「きっと料理が趣味なんだよ」などと安易な想像をされるかもしれないが、正直に言うと答えはNo。更に美食家でもなければ、助手のいるキッチンスタジオ（古いか?）が家にあるわけでもない。従って弁当を作らざるを得ない“外的な要因”が存在することになるわけだが、「妻は料理が“あまり”上手ではないから」とか「レンジでチンのお弁当になるのを防ぐため」とかいう、もっともらしい“嘘の”理由をかいてしまうと、家庭内での立場が危うくなること必至なのでやめておこう。

くどいようだが、私は別に料理が趣味というわけではない。当然、弁当作り以前には食事を作るという行為は全く経験がなかった。そこでなんとかして弁当を作る術を習得しなければならなかったのだが、このときの経緯について少し書いてみたい。

最初に、これは誰でも考える最も手取り早い方法だが「料理の先輩たる」妻に習ってみた。しかしこれはだめであった。というのも我が師匠の教えには調味料等の分量や加熱時間などの説明に「適当」という言葉が多すぎたのである。実際習ってみるとよくわかる

のだが「適当」という言葉はある程度常識的な感覚が備わっていなければほとんど役には立たない。たとえば卵焼きを作るときに「卵 4 個に塩の量は適当」と言われたとしよう。この適当を「カップ 1 杯か?」などと考える人はきっと「料理には向かない人」なのだろうが、普通の（料理をしたことがない）人であれば「大さじ 1 杯(15ml)くらい? それとも小さじ 1 杯(5ml)くらい?」程度の迷いは十分生じうる。ちなみに、私の場合通常ダシ巻きを作るので小さじ半分+ α （薄口醤油）程度なのだが、これを大さじ 1 杯でつくれば間違いなくアウトである。当然調味料は塩だけではない、砂糖、醤油、油…etc、これで「適当」を連発されては実用にならない。こちら「適当ってどれだけや!?’」を連発するのでムードは陰悪化する。これはまずい。そこで早々に妻との師弟関係を解消して、次に目をつけたのが料理大全と銘打った書棚のかかなりの面積を専有している料理本である。本来の実用品からすでにリビングのインテリアの一部となりつつある重い一冊を広げると、そこには見るだけで食欲をそそる「大作」が目白押しである。だが、この「料理大全」にも頼ることはできなかった。“料理若葉マーク付き”の私にはあまりにも手間がかかりすぎる。朝の忙しい時間に多くの時間を割けるわけがない。というわけで、本屋に出向き料理本を買い求めることになったのだが、このとき購入したのが今でも愛読(?)している某 NOK の「今日の料○」という月刊誌である。流石に何十年も続いている雑誌だけあって内容は簡単なレシピから手間のかかるものまで非常に充実している。そして何よりよいのは、季節の旬のものがレシピの中心になっていることである。実際に経験してみるとよく分かるが、食材を買いに行ったときに必要なものが簡単にしかも安く手に入るのは非常に助かるのだ。これは月刊誌の最大の長所だろう。月刊誌と言えば毎号解説には様々な講師が登場するのだが、実はそれぞれ

に個性があり、よく読むと解説にも特徴があるのがよくわかる。そして読んでいて面白い、というか役に立つ講師のものは、具体的な料理法が書いてあるだけでなく手順の合間に「何故そうするのか」がさりげなく書いてあるのだ。「野菜を煮るときには水から（甘み



が増す)」、「フライは二度揚げする（内部をジューシーに保ちつつ表面をカリカリした食感に仕上げる）。」…、こういうことが書いてあれば別の料理をするときにも応用が効くし、「なるほどなー。」と感心したりもできる。まあ、他にも書き出せばいろいろ面白いことがあるのだが、残された紙面もあとわずかなので、最後にこれから弁当を作る立場になる“かもしれない”料理未経験の方へのアドバイスを。

- ・レシピは忠実に守ること。（最初から適当にやると味が安定しなくなる。アドリブは習熟してから。）
- ・食材、調味料は料理を開始する前に全て用意して直ぐ使えるようにしておくこと。
- ・難易度の高いものに挑戦するときは、一度頭の中で作って手順を確認してみることに。

なんだか研究にも通じるところが…。

(建築 平成元年卒 3年前期)

❖❖❖ 事務局から ❖❖❖

年会費会員のみなさまへ 免除会員のお知らせ

平素は、会費納入にご協力いただきありがとうございます。

年会費会員の方は、卒業後50年経過しますと会費免除となります（会費規程第6条）。

平成21年度より、昭和34年卒業の会員の皆様が免除会員となりました（会誌送付や諸行事への参加等今までと変わりはありません）。

今年から免除になられた会員の皆様及びすでに免除になっておられる皆様には、長い間の会費納入、誠にありがとうございました。今後も工業会へのご支援・ご協力のほど宜しくお願いいたします。

昭和35年卒業の会員様におかれましては、本年度の会費納入をもって免除会員となります。

お忘れなく納入下さいますようお願い申し上げます。