

もうひとつの おきぐすり



白く浮かんだアクをすくう。流しに捨てながら、差し水をする。

沸騰はおさまりグラグラと動いていた豆達は、いっせいに静かになる。

時計は、夜の11時を回った。「もう、2時間か。」良く見ると皮がはだけて少し煮崩れてきた。

「そろそろ良いかな。」三温糖と書かれた袋を鍋の上まで持っていく。

袋の半分の位置を指で押さえ、解放された砂糖は鍋の中へ滑り落ちていく。

金時豆を煮てます。はは(；^A この単純で、繊細で、時間のかかる行為が好きなんです。

心が無になり、落ち着くんです。ストレス発散です。

今回は、娘があんまんが食べたいと言ったので、金時豆でこしあんを作っています。

普通、小豆なのですが、以前に市場で買った1kgの金時豆が消費期限を迎えようとしていたので、大抜擢となりました。ところが1kgのそれは手強かったです。濾してこしあんになるまでには夜中の2時を回ってしまいました。

「よーし明日は、皮を作るぞ！」と思えないほど立ちっぱなしの5時間は、足腰にきていました。

目覚めは良く、10時にはキッチンにいました。(遅)

お湯にドライイーストと砂糖を混ぜる。ふるいで薄力粉と強力粉をふるう。それらを一緒のボールに入れ、太白ごま油をたらして混ぜ合わせる。

なめらかになってきた生地を発酵させる為に30°Cで寝かせる。

「すごい！膨らんできた！」その生地を均等に分け、金時豆あんをやさしく包む。

さらに15分寝かせて、蒸し器へ。

生地は、殆ど奥さんがやりました。<m(_)m>(謝)

出来上がりです。



ふっかふかで甘くて美味しかったです。

娘も喜んで食べてくれました。

費やした時間 8時間
費やしたお金 1,300円

発散したストレス 沢山
得た充実感 沢山

お店ですぐに買えて、しかも作るより安いです。
でも自分で作った時間や味は、換算不能だと思いました。

便利になり、お金さえあれば体や時間を使わずに欲しい物が手に入ります。

でも、それを続けていると心や体が無くなってしまふような気がしてなりません。

今回は、あんこで予防してみました。

便利、楽、その逆をやってみると、意外に気持ち良いですよ。(´艸`)

JowBコンシェルジュ 風見でした。



バイバーイ