

きまみに 一品 第六回 からし蓮根(無着色)

正月に備えて、今日は「からし蓮根」を作ります。あまりなじみのない方もいらっしゃるでしょうが、熊本では名物料理で、お土産としてもよく売られています。

材料	
レンコン	2～3本
和がらし	50g
ぬるま湯	50cc
麦味噌	200g
砂糖	25g
小麦粉	適宜
粉末だしの素	適宜
揚げ油	適宜

からし蓮根は、今から370年前、禅僧玄宅

和尚が、病弱であった肥後の藩主である細川忠利の滋養強壮食として増血効果がある蓮根に着目し、蓮根の穴にからし味噌をつめ、そら豆粉と小麦粉の衣をつけ、油で揚げて供したのが始まりといわれています。蓮根とからし味噌の程よい調和は、食欲を増進させます。もちろんお酒もすすみます。(特に焼酎

がベスト) ちなみに細川忠利の母は、明智光秀の娘、細川ガラシャだそうです。忠利は享年55歳で亡くなりました。(そのころ、揚げ物があつたんですね)



第一日目

蓮根は、たわしで土を落とし、両端を切り落とし、皮をピーラーでむき、10分ほどゆでます。ざるなどに立てかけ、穴の水分を抜き、半日ほど冷まします。和がらしは、ぬるま湯で練ります。練るとき、目と鼻にツーンと来るのでご用心。麦味噌と砂糖、粉末だしの素(私は無添加昆布だし“5g”と言うのを使用、うまみ調味料でもOK)をまぜよく練ります。からし味噌を皿に取り、冷ました蓮根を、皿に盛ったからし味噌に押しつけるようにして、穴に詰めていきます。このとき、蓮根の穴の大きい方から味噌をつめるように。全部の穴から味噌が出たらOKです。決して反対側から味噌を詰めないでください。はみ出た味噌をふき取り、トレーなどに新聞紙を敷き、全体を新聞紙でくるんで冷蔵庫で寝かせます。



第二日目



一晩寝かすことで、蓮根とからし味噌とがなじんできます。蓮根から出た水分で、からし味噌も程よくゆるくなっています。ペーパータオルではみ出たからし味噌をよくふき取り、小麦粉を薄くつけます。小麦粉を水で溶きます。天ぷらの時のようにサクッと混ぜるのではなく、粘りのある衣を作ります。後は油で揚げるだけ、蓮根は茹でているので、衣が固まればOKです。



食べかた

5ミリくらいの輪切りにして食べます。からしが利きすぎている場合は、切ってしばらくして食べると良いでしょう。また、醤油やマヨネーズ醤油をつけて食べてもおいしいです。冷蔵庫で、3～4日くらい日持ちがします。まわりの衣を市販のからし蓮根の様に黄色く仕上げたいときは、クチナシ黄色素を衣に混ぜると良いでしょう。