フォレスト・ニュース

Ｎｏ２（不定期発行）
平成 12 年 12 月 19 日

だいぶ寒くなりました。風邪などひかないよう、元気にこの冬を乗り切ってください。

食事会のこと

１１月２６日（日）には、恒例の食事会が開かれました。２６日と１２月３日の２回に振り分けて開こうと思っていたのですが、皆さんの希望を取ったところ、２６日に集中してしまい、しかも人数もそれほど多くなかった為に、今回は一度だけになりました。

当日は朝からせっせと準備をしていたのですが、今回、直前に火を入れるメニューを多くしすぎたせいで、皆さんがやって来た時には、まだ鳥を揚げたり焼いたりしている最中になってしまいました。

今回の一番人気のメニューは何といっても「唐揚げ」！！　ハーブ鳥というちょっと高級な肉を使ったせいもあったのか、風味もよかったのでしょうか。揚げてる先からどんどんお皿がカラになって行き、調理人としてはかなりあせってしまいました。従って、唐揚げはこれからの食事会ではもう絶対“定番メニュー”という結論に達しました。

今回のメニュー

唐揚げ・焼き鳥
ジャガイモのマヨネーズ風味
カニ肉とトビッコ入りサラダ
蒸しカボチャ・ホーレン草のおひたし
わかめと豆腐の味噌汁
舞茸の天ぷら
おにぎり・たまごサンド
フルーツのせプリン
ビール・サワー・ソフトドリンク

あと意外だったのは、皆が味噌汁をとってもおいしそうに飲んでくれたこと。
味噌汁、作っていますか？それとも普段作っていないので、おいしく感じたのかな？
寒い冬には、あったかい味噌汁がグッドです。コンビニの味気ない弁当でも、あったか味噌汁ひとつで、ずっとおいしくなるのですから、頑張って作ってみて下さいネ。

最後に、今回出席できなかった方も、次回は是非、是非参加して下さい。

こわーいお話

先日“アンビリーバブル”という番組を見ていたところ、ミステリアスな話が紹介されていました。これはカナダで起こった実話なのですが、５才の男の子のいる若夫婦が、子供のために広い家を購入しようとしたのが始まりでした。

不動産屋に紹介されたのは、建坪だけで 100 坪以上という豪邸。以前の持ち主が売り出してから 16 年間売れずにそのままだったという割には、外観も美しく、内装も立派にリフォームされていて、文句のつけようのない物件でした。

さっそく３人は買うことを決意し、その家に引越しをして住み始めました。ところが不幸はじわじわと３人を襲い始めたのです。まず始まりは、５才の男の子の奇病でした。ひどい頭痛や、全身がだるくなるなどの症状を訴え、ぐったりしたところを病院にかつぎこんだのですが、いくら調べても原因が全くわかりません。結局風邪ではないか、との診断が下されました。

ところが不幸は、それだけではおさまりませんでした。次には母親が、割れるような頭痛と食欲の低下、止まらないせきなどの症状を訴え、最後には父親まで異常な状態に陥り、ついには廃人同様のようになり、勤め先の銀行まで辞めなければならなくなりました。

だが、いくら病院で検査しても、３人ともやはり何の病気なのか、さっぱりわからないのです。これは、その家にとりついた呪いなのか、それとも悪魔か死霊が住んでいるのか、ちょっとした騒ぎになったころ、ある研究所の博士が、その家を調べてみることになりました。

さて、その原因はいったい何だと思われますか。

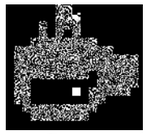
実は、その原因とは、異常に大量発生した「カビ(！！)」だったのです。16 年間しめっきりになっていたまま、窓も開けずに放置されていたことが、カビをのさばらせてしまうことになりました。テレビの取材班も現地に乗り込み、取材をかけたのですが、現在その家は“立入り禁止”になっており、案内してくれた、かつての住人である母親も、防毒マスクを付けて中に入って行きました。カメラに写った邸宅は、はた目には大変美しく、住宅雑誌に出てくるようなインテリアなのですが、ちょっと冷蔵庫や洗濯機を動かすと、壁には黒かびがビッシリ。一枚壁紙をはがすと、目を覆わんばかりの状態でした。カビって怖い、心底そう思わせる番組でした。

さて、ここで教訓・・・

冬場は、ちょっと窓を開けると冷たーい風が入ってくるので、ついつい閉めっきりになります。でも人間一人がいるだけで、実は部屋の空気というのは、汚染されていくのです。酸素を吸って二酸化炭素を出しているので当然なのですが・・・

それに料理などでガスを点けると、ガスの成分の他に、水分まで大量に放出されます。それらが、閉めっきりになることで浮遊し、やがてはカビとなって発生し始めるのです。皆さんも朝、窓ガラスにビッシリ付いた水分にお気付きと思います。こうした水分は、実は窓ガラスだけではなく、目の届かない部分にも発生しているのです。これらが温床となってカビがどんどん増えていくわけです。

寒い季節ではありますが、換気については夏以上に注意しましょう。時々窓を開けたり、換気扇を回して、空気の入れ替えに心するようにして下さい。見えない悪魔にご注意を・・・



お茶の時間「みんなどんな生活していますか?」

11 月 26 日（日）の夜、ふと思いたって、ケーキを焼いて誰かを呼ぼうということになりました。その夜たまたま居あわせた数人に声をかけ、なかば強引にお茶にお誘いしたのでした。この際、いろんなお話を聞いちゃおっと。

質問は、①得意料理はなに？

②一人暮らしを夢見ていたときと、実際にはじめてからでは、ギャップがあったか。

③一人暮らしで一番大変なこと。

はじめにやってきたのは、渡辺(広昭)君と駒村君の二人。色々な話を聞いてびっくりしたのは、渡辺君が、中華の鉄人だったこと。彼はかつて中華料理店でバイトした経験があり、器用さを買われて厨房も任された事があったのだそうだ。で、彼の得意料理はチャーハン！コツを聞き出したので、是非参考にしてみて。

まず、ご飯は必ず温めておく事。冷やご飯だったら、電子レンジで「チン！」しておく。生卵をあったかご飯にまぜこみ、塩・コショウで調味しておく。フライパンに油をしき、長ネギを炒めてから、卵まぜこみご飯を加えて炒め合わせる。最後に日本酒を少量ふると、パラッとしあがるのだそう。

二人とも、サークル活動もあまり参加していないのでヒマな時間が多く、今は家庭教師などのバイトを探している、とのこと。（そんなにヒマだったら勉強しなさい、勉強を！とつい親の立場を思う管理人は心の中でつぶやく）生活していて大変だったのは、掃除・洗濯を自分でやらなければならないこと。そうこうしているうちに、駒村君がさかんに時計を気にしているので理由をたずねると、「９時から『おやじぃ』を見るもんで」ということで、二人は帰っていきました。

次にやってきたのは、木下君、山根君、望月君の三人。そして、またもや意外な事実が発覚。実は、望月君は、すごく家庭的な男子だったのです。そういう人はキャリアウーマン志向の多い女性たちに、心強いパートナーとして、モテますよ、きっと。得意料理は、これまたカボチャの煮物とか、ジャガイモとひき肉の炒め煮とか、泣かせます。

みんなに一人暮らしの大変さについてお聞きすると、出るわ、出るわ。

その１、朝起きが大変。目覚ましが鳴ってもなかなか気付かない。木下君は買い物がめんどくさい、と一言。山根君は、部屋は掃除をしないで、限界までガマンする。限界を超えたらする、とのこと。ということは・・・・・・。もしかして、「男ヤモメにウジがわく」の世界にならないようにね。望月君は何でもやっているようだけど、「あれもしなきゃ、これもしなきゃ」と段取りを色々考えているとせわしなくて、大変だと言ってました。そして、ウチの、本をごちゃごちゃに積んである本棚にチラッと目をやると、「こういうふうにゴタゴタ並んでいるの気になるんですよね」と言われてしまいました。ヤバイ！次はチャンと掃除をしておこうっと。

でも、全員が口をそろえて言ったのは、「親のありがたみが心底わかった」ということ。ようやくわかったか、君たち。親の恩とは海よりも深く、山よりも高いんだ（と本当は自分の子供に言いたい）

ま、そんな訳でおいし～い（？）ケーキとお茶をごちそうしますので、次回はまた誰かに突撃取材を致します。心しておくよーに。

シングルクッキング

（電子レンジだけでできます）

(1) 豚肉ともやしの蒸しもの（２人分）

（材料）豚ばら肉 約 160ｇ・もやし 1/2 袋
酒 大さじ２杯・しょうが汁 小さじ１杯
ぽん酢しょう油 大さじ４杯
ラー油 少々・万能ネギ（なくても良い）

①豚肉は５cm 長さに切り、酒としょうが汁をまぶしておく

②皿にもやしをしいて豚肉を並べる。ラップして電子レンジで４分 30 秒加熱。（熱くなるので、お皿を持つときはぬれぶきんかミトンを手に持って）

③皿に出た水分は捨て、ぽん酢しょう油とラー油をかける。あったら万能ネギ（３cm に切る）を散らすとグッと味が引き立つ。

★ラー油の「ピリッ」がポイントの、サッパリしたおカズ。

(2) キャベツとソーセージの蒸し煮（２人分）

（材料）キャベツ 200ｇ・バター 20ｇ
ウィンナーソーセージ ４本
酢大さじ 1/2 杯・こしょう 少々
スープの素 小さじ 1/2 杯

①キャベツは５cm 幅に切り、大きめの耐熱皿に入れてバターをちぎって乗せる。

ラップをして約４分加熱。

②ソーセージに包丁で切り込みを入れ、斜め半分に切る。（切込みを入れないとソーセージがはじける）

③ ①に、②・酢・スープの素・こしょうを混ぜて、ラップして約２分加熱。よく混ぜる。

★ アツアツがうまい！

冬季休暇中の帰省について

早いもので、もう今年も暮れつつあります。

お正月を故郷で迎える方も多いと思いますが、なんとお正月はドロちゃんのカセギどき、ということを警察から聞きました。

この周辺でもピッキングの被害が出ています。貴重品やお金は部屋に置かないように、お願いします。

① 必ず電源をモトから切ること。（コンセントをぬいて下さい。）
② お風呂の水はぬくこと。
③ 食品や生ゴミの始末はしっかりしておくこと。
④ 窓とドアのカギをかけること。
⑤ ガスは元栓をしめること。

以上、いつものようによろしくお願いします。

2001 年のスタートはさわやかに迎えましょう！