



平成23年9月1日発行

# こんちわ奥さん



大丸エンパウイン 株式会社

「こんにちわ奥さん」係

〒559-0022

大阪市住之江区緑木1-4-39

TEL.06 (6685) 5101

ファックス 0120-093-025

ウェブサイト <http://living-poppo-garden.jp/>



肉じゃが

「はじめに」  
「こんにちわ奥さん」係から

ご愛読をいただいていた「日本ふうど記」は全都道府県を一巡し、今号が最終回となります。特別編などもあったため、54回を数えました。

地域が限定しにくかったため日本ふうど記では採り上げなかった「肉じゃが」が、今回のPOPPO百科のテーマです。肉じゃがが発祥の地としては、京都府の舞鶴市と広島県の呉市が名乗りを上げています。いずれも海軍、東郷平八郎にゆかりのある土地です。

家庭料理の定番とされる肉じゃがですが、一般家庭に定着したのは意外に最近のこと。おふくろの味ともいわれるものの、この「おふくろ」は比較的若いお母さんのようです。「肉じゃがはママの味」というほうが適切かもしれません。

東郷といえ、日露戦争での日本海海戦で連合艦隊を率い、当時世界最強といわれたロシアのバルチック艦隊を破ったことで知られています。東郷はイギリス留学中に食べたビーフシチューの味が忘れられず、帰国後艦上食として作らせようとした。

豚肉などで作った具を小麦粉をこねて発酵させた柔らかい皮で包み蒸し上げた饅頭、それが中華まん。関西では「豚まん」、関東では「肉まん」と呼ばれます。「肉」といえば関西では牛肉、関東では豚肉を指します。「肉じゃが」も同様です。関西ではこの料理に牛肉を使いますが、関東では豚肉を使うことが多いようです。肉じゃがは、牛肉または豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、ニンジンなどを醤油、砂糖、みりんなどで煮込んだ料理ですが、ルーツからいえば牛肉を使うべきかもしれません。肉じゃがの原型はビーフシチューなのです。肉じゃがの誕生には、東郷平八郎が関係しているといわれています。

## 「肉じゃが」物語 日本風ビーフシチュー



「日本ふうど記」で紹介した海軍カレーとも関連します。海軍軍人の偏った栄養バランスを改善するため、ビーフシチューを参考に考案されたのが海軍カレーでした。肉じゃががビーフシチューを参考にして誕生したとすれば、海軍カレーとは兄弟のようなもの。材料が共通するため、海軍食として都合がよかったということもあります。肉じゃがが家庭料理として一般に定着したのは意外に遅く、1970年代といわれています。

した。ところが、ワインもデミグラスソースもなかったため、醤油と砂糖の味付けで作ったのが肉じゃがの始まりとされます。牛肉を醤油と砂糖で煮るのは牛鍋など同じやり方であることなどから、東郷を起源とするのに否定的な説もあります。

## 節電のポイント ガスで上手に節電しよう



### キッチン家電の定格消費電力 (出典:資源エネルギー庁調べ)

IHクッキングヒーター	5800W
電子レンジ	1400W
ジャー炊飯器	1300W
ホットプレート	1100W
オーブントースター	1000W
電気ポット(沸騰時)	800W

定期検査で停止中の原発は全国的に運転再開のめどが立っておらず、原発廃止論も取り沙汰されています。電力会社は今夏、節電を呼びかけました。需要のピークである夏が過ぎても原発問題から電力供給の将来は見えませんし、また、電気料金値上がりも心配されますから、今後も節電は必要です。夏の日中なら、家庭の消費電力の53%を占めるエアコンが節電のポイント。ここでは、秋以降も継続して行えるキッチンの節電をとりあげます。

キッチンで使う家電製品は消費電力が大きなものが多いのです。とくにIHクッキングヒーターはとび抜かれています。ガスコンロは、左の表にある電気製品の機能をすべて備えています。①炊飯ジャーでなくガスコンロで炊飯(ガスで炊いたご飯は美味しい)②オーブントースターの代わりにガスコンロのグリルを使う③電気ポットでなく、ガスコンロで必要な分だけ湯を沸かす。まずは以上のような節電に取り組まれてはいかがでしょうか。電気の暖房機器は消費電力が大きいため、冬場にむけてガス暖房も検討してみましょう。