

松葉屋通信



たのしい冬ごもり



ハリネズミのお仕事

わが家の玄関にいるハリネズミの親子。たまにこどものハリネズミが、そっぽを向いたりしますが、またこんな風にくっつけて。

「どーさんもかーさんも、いつもこんな気持ちであなたに寄り添っているよ」ってことを、ハリネズミの親子にアピールしてもらっています。



これからたっぷり4ヶ月、信州の長い冬がはじまります。1年の1/3が冬。あーなんてうれしい、と思えるのも、スキーをはじめたからだだと思います。そのために健康でいられるように、毎日の体操とスクワット。そして発酵食品でからだを芯から元気にする。疲れた時には梅干しや柑橘類でこまめにクエン酸をとる。休む時には何もしないで思いきり完全休養。

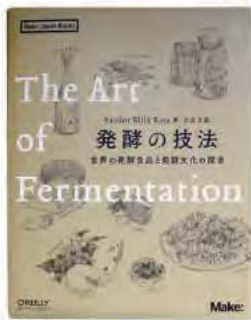
と、やることがシンプルになってきました。家ではせっせとおいしいものをこしらえて、食べて、働いて、休日は雪の山で思いきり遊んで疲れたら、肌触りのいい素材に包まれて心地よく、ぐっすり眠るの繰り返し。冬はパワーアップの季節です。



森の小鳥にエール

冬になると恋しくなるのが小鳥のさえずり。戸隠の春の森で聴いた大合唱の、すばらしかったこと。今頃は南の島に行ったもの。羽毛を膨らませて厳しい冬の森に生きるもの。みんなどうしているのかな。丸い瞳を眺めては、春を待ちます。

世界のかわいい小鳥
上田 恵介/監修
PIE BOOKS



発酵の技法
Sandor Ellix Katz / 著
文原 文 / 訳
オライリー・ジャパン

チョコレートも発酵食品！？

健康に関する山ほどの情報もサプリメントも、全く興味がなかったのに、発酵については、おいしい健康に直結するとピンときて、今、その世界にとりつかれつつあります。あらゆる発酵食品の基本のレシピやチョコレートやコーヒーも発酵食品だということや、発酵に関する様々なことが詰まっています、本当に面白い。

私のキッチンにいるんな発酵食品のガラス瓶が増えてきて、実験室のようになってきている私にとってのバイブルです。

ま冬のティータイム

玄米を発芽させる時に入れるミネラル水は、一日たつとリジュベラックとよばれる発酵水になります。これも乳酸菌がたっぷりなので、毎日気軽においしく飲んで、免疫力をアップさせます。

寒さで疲れ気味の夕暮れ時に、お気に入りのハチミツとレモンでホット、からだを温めます。



ぬか漬けの輪

今年の夏から始めたわが家のぬか漬け。

無農薬の玄米を毎日

挽いてご飯を炊くので、新鮮、安全

なぬかがいつでもあるから、ぬか床を増やして、

妹たちや欲しい人に、分けようかと企んでいるところ。

ぬか漬けは日本を代表する発酵食品。からだ欲しがる乳酸菌がたっぷり。おいしく食べて、みんなで健康になりましょう！



おいしい…だけになる

ほとんど毎日食べ続けてきたチョコレートの中で、一番好きなのがカファレルのジャンドウヤ。

数年前におみやげでいただいたのがはじまりで、今年のクリスマスには、サンタさんから赤とブルーの素敵な缶入りチョコがこどもたちに届きました。

淡い金色の、手触り

のいい包み紙をゆっくりひらいて一粒、頬ばっている間、無心で「おいしい…」だけになれるチョコレート。



cashmere

素肌のようにカシミア

冬になると野生の動物たちの毛がふっさりモコモコしっとりの、上等な毛皮をまとうように、私も上質なカシミアのセーターを素肌に着てみたくなります。ちょっとくすぐったいようなふわふわの肌触り。

いつか、カシミアの毛布に包まれてねむりたい。

クレメ・ダンジュのレシピ (4コ分)

- ヨーグルト……………400～450cc
- 生クリーム……………100cc
- 砂糖……………大さじ2
- レモン汁……………1/4コ分
- ガーゼ……………25×30cm くらいのも4枚

1. ヨーグルトをコーヒーフィルターなどで一晩水切りする。
 2. 生クリームに砂糖をまぜて7分立てにし、1とレモン汁を順にまぜていく。
 3. カップに茶漉しをのせてガーゼを敷き、2の1/4をのせる。
 4. ガーゼの口を絞り、紐などで縛る。
 5. 小さなカップなどに入れ、冷蔵庫で3時間ほど水切りする。
- *ガーゼをはずして好みのジャムを添えたり、そのままでも。



おいしい定番がふえました

左が昆布酢で右が梅酢。今年初めて作った梅干しのおまけでどれた梅酢のおかげで、酢のおいしさに目が覚めました。梅酢にはクエン酸とポリフェノールがたっぷり、アンチエイジング効果が高いそうです。どちらも酢飯にしたり、野菜の浅漬けや甘酢漬、サラダのドレッシングにとその日の気分で選びます。昆布酢は常備している玉ねぎのスライスに、梅酢は梅酢だにしたり。一日一品、酢のものを。



しあわせの黄色い瓶

フタを開けると、いつでも濃厚なゆずの香りを胸いっぱいにかぐことができるゆず塩の瓶。これさえあれば、私は冬じゅう心も体も元気でストレスなしで過ごせます！ あったかいゆずハチミツでお茶の時間にしたり、お風呂に入れてバスソルト。おかずの具として彩りになるし、常備している昆布酢と合わせれば、すぐゆずポン酢に…。使い道を考えるのも、気持ちがかかってくる楽しい時間。



雪玉みたいなデザート

そとはまっ白な雪の日に、あたたかな家の中でまっ白なお菓子を食べてたくったクレメ・ダンジュ。フランスのアンジュ地方の伝統的なお菓子で、「神さまのごちそう」とも呼ばれ、ブラマンジェで作ります。これは手軽にヨーグルトで作ったレシピ。本場では中にフランボワーズのジャムを入れたり添えたりしますが、大好物のゆずジャムで。



蜜蝋のろうそく

花粉の黄色に心惹かれる蜜蝋のろうそく。ミツバチの選ぶ花の種類によって、少しずつ色がちがいます。

ほんのりと甘い香りと、静かな金色の光の炎は、蝋を少しも残さずに、無駄なくきれいに燃え尽きていきます。

しんと雪が降り続ける静かな夜。

スウェーデンの古い木彫りのろうそく立てで。



冬を思う香り Santa Maria Novella

気に入って、松葉屋においでいるサンタ・マリア・ノヴェッラのポプリ。コロンにも、このポプリの香りがあることを知ったので、銀座のお店に行ってきました。フィレンツェの本店を思わせる佇まいに、思いきって入ってみると、背筋のスッと伸びた女性が試香してくれました。私と好みか似てるのでオススメを聞くと、「冬につけたくなるクチナシ」とお返事。冬の気分がぴったりなのだそう。嗅ぐと甘くて透明感がある香りは、寒さで空気がキリリとしている冬の好きな場面を思い出させてくれました。季節ごとに香りも衣替え、してみたいですね。



アーモンドの石鹸

杏仁の甘い香りに似ているアーモンドの石鹸。サンタ・マリア・ノヴェッラのもの。黄色のこんな箱入りだから、枕元の私のお気に入りや並べる出窓にあって、毎日眺めては時々香りを嗅いでいます。ふんだんに使えるように、フィレンツェに買いに、名画も観に行くのが、近年の目標です。

pot-au-feu



冬のポトフ

もう20年くらい使い続けてきた黄色のル・クルーゼ。焦がされたり、空焚きされたりしながらも、今もわが家で活躍中。ほんとうにありがとう。

お肉やソーセージと季節の野菜を煮込んだポトフも、ずいぶんとたくさん作ってきました。春はアスパラガスと春キャベツ。夏はトマトとズッキーニ。秋は根菜とキノコたち。冬は白菜、かぶ、カリフラワー。冬の野菜は白いポトフになりました。フランスでは風邪をひいたとき、初めはスープだけ飲んで、回復に合わせて具を食べていくものだとか。日本のおも湯、おかゆの役割なんですね。

かえでのジョニー
アルヴィン・トゥレッセルト/文
ロジャー・デュボアザン/絵
晴海 耕平/訳
童話館出版



なんどでも読みたくなる

絵を描いているデュボアザンは、色使いのセンス、描かれるすべての形、臨場感ある構図から、絵を見ているだけでストーリーを感じられるところが大好き。昔から持っている「ボクはワニのクロッカス」はこどもたちに何度も読んであげたし、一人で読んでいるところもよく見かけました。今は古本屋さんで彼の絵本を見つけては、少しずつ買い求め、ゆったりした時間に読んでいます。

かえでのジョニーが教えてくれたのは、今の自分にすでに与えられている幸福について。

冬の夜。スイッチ一つであかりの灯る、暖かな部屋で、ゆっくりページをめくりたい絵本です。

ゆずの香りに包まれて、家庭円満

ストーブをたいても足先の冷える日は、足湯を。

ゆず、かぼす、れもんの輪切りをうかべてお湯を注ぐと、家じゅうがゆずの香りっていっぱいになりました。休日で家にいるこどもたちが寄ってきては足を入れていき、靴下を履きながら「スベスベした!!」とごきげんに足を触っていました。ビタミンCを足からたっぷりいただいた、休日の夕暮れ。

今日は姉弟ゲンカ、しなかったナ…。



冬のくらしとホームスパン

「冬のくらしとホームスパン」がはじまって2度目の冬を迎え、夏にオーダーした私好みの色のマフラーとストールが30枚ほど届きました。山桜のテーブルに並んだマフラーやストール。緊張感ある美しい仕上がりでホームスパンの温もりは、空間をとっても居心地のよいものしてくれました。

いつまでも眺めていたかったけれど、展示会2日目にしてほぼ完売。齋藤さんの地元の新潟市からも、ファンの方がこられていました。



齋藤さん(右)と色の打ち合わせ中



齋藤伸絵さんのホームスパン

目がつんでいるのに、軽くてあたたかで品があって色が素敵。お話を聞くと様々なこだわりが伺えます。羊の毛の質によっても染まり方が違うし、齋藤さんはその年の流行を読んで、気分がぴったりな色味に仕上げてくださいます。なので色は、その時限りの限定カラー。お気に入りが見つかるといいですね。



松葉屋でオーダーする定番の色

インカローズのようなバラの花びら色と、金茶や山吹色、ターコイズブルーの濃淡。

紡ぎと織りのワークショップ

今回も十糸さんの草木染め、手紡ぎの毛糸玉での手織りと、手紡ぎのワークショップがありました。みなさん夢中で楽しそう。よちよち赤ちゃんもお母さんと織りの体験。表情のある糸や、コースターが出来あがりました。



新作のカシミヤマフラー

3回目になる「冬のくらしとホームスパン」のために制作した、新作のカシミヤのマフラー。去年のものより小ぶりなので、手軽に巻けて、持ち歩きやすい。

茜で染めた、やわらかいピンクページと羊の白いウールとで小花のモチーフを、齋藤さんに織っていただきました。

スペースしっとりの肌触りは、誰かに優しくされてるように癒されます。



松葉屋通信 VOL.36



発行所:

松葉屋家具店+くらし道具学研究所
〒380-0841 長野市大門町 45

TEL : 026-232-2346

FAX : 026-237-4558

Email : since1833@matubaya-kagu.com

定休日 : 水曜

発行日 2016年11月30日