



八重山地区代表（与那国支店）

『ナイスな、なすクッキング！！』

比川小学校5年 あおの 青野 はなさ 花咲

「だれか〜っ。水かけ手伝って〜」

「はーい」

私は今年、野菜作りのお手伝いをしています。

家の前の畑で、モロヘイヤ、オクラ、ナス、チョウマメ、トマトを育てています。普段は、お父さんとお母さんが育てています。

私は、お休みの日に水かけや、草刈りのお手伝いをしています。

水かけの時に、ホースが蛇口から抜けたらやっかいです。草刈りばさみは初めて使いました。野菜を切ってしまうないように気を付けます。できるだけ涼しい朝に、家族で畑の手入れをします。

畑の作業は大変だけど、弟や妹と時々水遊びをすることがあるので楽しいです。

畑で収穫できた野菜は、家族で食べます。麻婆なすや、トマトのサラダにして食べるととてもおいしいです。

でも、私は自分たちで育てた野菜を自分で料理したことはありません。そこで、この夏休みに畑で採れた野菜を使って、自分で料理を試みることにしました。

「何をつくろうかな〜??」

と迷った時に参考にしたのが、『ちゃぐりん』です。

私は、あたらしい『ちゃぐりん』が届くと必ず目を通しています。

だから、『ちゃぐりん』に料理のページがあることを知っていました。

普段はあまり読まない料理に関するページを開き、

「夏っぽいのはこれかな〜・・・？」

と選んだのが『ちゃぐりん7月号』で紹介されていた「ちゅるちゅるひやむぎ」という料理です。写真にナスも写っているので、うちの畑で収穫したナスが使えます。

『ちゃぐりん』では、“ひやむぎ”が使われていましたが、今回は“そうめん”を使いました。まず、畑から採ってきたばかりのナスです。この日採れたナスは、全部で3個。

今回はその中でも一番大きなナスを使いました。ナスを水で洗って輪切りにしました。それから、オリーブオイルで炒め、塩で味付けをしました。焦げてしまったものもありましたが上手に炒めることができました。

その後、そうめんをゆでました。そうめんは、これまでもゆでたことがあります。今回も上手にゆでることができました。

ゆでたそうめん、ナス、とまと、シーチキンを盛り付けて『オリジナルちゅるちゅるそうめん』の完成です。自分で料理をした時は、味が薄すぎたり濃すぎたりと、いまいちな時もあるので

「おいしくできたかな~~~~」

と少し心配でした。テーブルに家族がそろったところで、

「いただきます！」

ナスが少ししょっぱかったけど、“かりかり”していておいしくできました。オリーブオイルも効いていて、ナスの味をひきたてていました。一緒に食べた家族も、

「おいしい！」

と言ってくれました。ナスとオリーブオイルと塩の相性が良いという事に気が付きました。はじめてにしては上手にできたと思います。

自分たちで育てた野菜を、自分で料理する経験ができました。

私は、今後も畑のお手伝いを続けて、野菜を育てていきたいと思います。今回私が作った「ちゅるちゅるそうめん」で使った、“ナス”についてのおもしろい記事が『ちゃぐりん7月号』に掲載していました。日本では、夏に収穫して冬にかれる「一年草」として知られているナスですが、ナスのふるさとインド東部では多年草として育てられているというのです。インド東部などの暖かい地方のナスは、一年で枯れる事なく、2メートルにまで育つ物もあるそうです。今、私たちが過ごしている与那国島もとても暖かいので、上手に育てると一年中枯れないナスが育ちます。私の家のナスは今、2年目の夏を迎え、今年もよく実っているのです。ちなみに高さは1メートルくらいで、その株に今は6個くらいの実がなっています。

この株が2メートルになったら

「いくつの実がなるのかな？実もおおきくなるのかな～??」

とっても楽しみです。とれたナスで麻婆ナスや揚げナス・・・、どんな料理をつくろうかな。夏休みの楽しみが一つ増えました。

『ちゃぐりん』を読むと、色々な発見があります。味つけのコツを学んだり、私オリ

ジナルの新しい料理のメニューを作るために、これからも『ちゃぐりん』を読んでいます。

ありがとうね、『ちゃぐりんちゃん』。