

献立予定

文月の茶事 夕ざり（七夕）

今夏は、足早に盛夏がやってきておりま
す。なかなか体が追いついていきませ
ね。このような時は特に体養いを意識し
て献立を立てましょう。

汁 利休汁（温）

具 牛蒡 人参

合わせ味噌仕立て

桜味噌 8 白味噌 2

○利休仕立てとは、胡麻を使った料理
を云います。

○今は、胡麻は播り胡麻が主流のよう
ですが、洗い胡麻をじっくりと焙り
上げて播るのが香りも良し、味も良
しです。

○具は牛蒡の細切りを茹で、糸見立て
に束ねてみました。汁替えはお色直
しで軸ほうれん草や人参などで糸束
ねにしても。

向付 七夕盛り 季の魚（鱒 太刀魚 鱧）

滝川豆腐

○料理を云いま季の揚がり物の鮮度の
良い物に出逢えたら、程良く盛り、
七夕らしいあしらいを添えてみま
しう。

○今回は滝川豆腐を合わせ盛りにし
てみました。

煮物椀 継子寄せ（冷製）

○継子寄せとは、魚肉、野菜の子を合
わせたところからついた名です。

○鱧を捌くとよく子が入っておりま
す。酒と塩をふって半日程寝かせ、
茹でて氷水にとり、身をはらしてお
きます。海老、冬瓜、南瓜、オクラ
等々彩りよく茹で、吸地の当たりで
調べ、ゼラチンで固めてみました。

焼物

賀茂茄子の五色焼

○茄子の美味しい季節になりました。
手近な大ぶりの茄子で楽しんでくだ
さい。

○白味噌と玉子の黄身同割程に、海老、
椎茸、赤・黄のパプリカ、枝豆を五
〜七ミリの角に切り、味噌の上に散
らし、焼き上げてみました。茄子は、
皮目に穴を適宜あけてさっと揚げて
から使うとやりやすいですよ。

預け鉢 穴子の東寺巻

穴子白焼 たぐり湯葉
大根又は冬瓜

○穴子も一年中ありますが、今頃の穴子が最も美味なように思います。

○薄めの八方出汁でじっくり煮含めましょう。手軽なところでは、穴子の替わりに鶏の挽肉をペースト状にして巻くのも美味です。

○予算が許せば軸三つ葉の小口切り、雲丹をのせ銀箔仕立て、温でも冷でも美味です。

進肴 夏野菜の梅酢和え

○梅干しを漬けると、丁度今頃に白梅酢の出来上がる頃、梅雨から夏にかけては白梅酢が一番です。

○胡瓜又は白瓜、馬鈴薯、それぞれ千切りにして、さっと湯引き、氷水にとり、よく絞り（晒にて）、梅酢をかけ、よく煎った磨き胡麻をふりかけます。

箸洗 蓴菜 星新生姜

○新生姜を星形に抜いて、一つ浮かせて遊んでいます。針切りを添えても良いですね。

八寸 鱧鮓

蓮根黄身衣揚げ

○骨切りした鱧も売られています。

平行串に金串を打ち、タレでつけ焼きしたもの、鮓飯にて形を整えます。

○黄身衣は卵黄と小麦粉、冷水にて色良く揚げます。

湯斗 香の物

水茄子 沢庵 壬生菜等

○夏の季節は、冬場より香の物は少し多めに盛り付けて差し上げましょう。冷たく水滴のあるぐらいの漬物は元気が出ます。

○器もみずみずしく、温度管理に気を付けて。

主菓子 天の川 寒天仕立て

○詳しくは料理教室レシピにて、ホームページ等をご参照ください。

干菓子

金平糖 五色 緑寿庵清水製

笹の葉（打物）

○笹の葉の色出しは、抹茶を使います。

葉月の献立(朝茶)

今年、東金教室の八月教室はお休みで、朝茶は来年の実施となります。

このレシピは、御自分で朝茶をなさる方へのささやかなお中元です。

汁 冷やし汁

夏キャベツ豆腐 葛仕立

桜味噌8 白味噌2

吸口 水芥子

向付 車海老の洗い

○朝茶なので、沢山の生臭は避けたいものです。夏の活小巻は値が上がり気味、一人三切れほどを涼しげに盛りましょう。

○器により座りが悪い時は、大根の桂などを敷いて枕にするといいですね。玉胡瓜をあしらうと涼しげです。いり酒がお薦めです。

煮物椀 冬瓜万寿

冬瓜 ずわい蟹 白玉 蓴菜

○冬瓜は、重曹と塩で色出しをして、涼しげに。

○ずわい蟹のほぐし身を白玉でつなぎにし丸にまとめておきます。

○色出しして茹でた冬瓜をスプーンの背でつぶし、茶漉しで片栗粉を振り、

冬瓜で蟹身を包み、ガーゼにて形良く整え、水出汁にて含めるか、十分程蒸しておきます。

○蓴菜もそろそろ終わりです。名残りとしてあしらいましょか。吸口は

一文字柚子か針柚子で如何でしょう。

焼物 障泥あおりい烏賊の雲丹焼

○雲丹焼は、瓶詰め粒雲丹を卵黄でのばし、刷毛で塗ります。烏賊は焼き過ぎに気をつけましょう。

八寸 川海老

ほうずきプディング

又は白露(うずら卵にて)

湯斗 香の物

○朝茶の香の物は主役と云っても良いほどです。常は三種ほどを寄せ盛りにしていきますが、今回は引き重にたつぷりと、古漬沢庵、胡瓜、茗荷、新生姜を千切りとし、沢庵以外は水を通して、灰汁抜きをして軽く塩もみして馴染ませておきます。沢庵の塩気で足りないときは隠し醤油で調整しましょう。

主菓子 葛切り 鍵善をめざして

干菓子 水 桔梗等

寒水 煎餅

箸洗 岩梨 針生姜