

2021年 医療統計実習コラム

4月13日

今年は花が咲くのが早い。ソメイヨシノが咲いたと思ったら、本来遅咲きのはずの八重桜やハナミズキまで咲き出した。いったいどうなっておるのだ。まだお花見もしていないのに、というわけで土曜は恵子先生とお弁当を持ってお花見に出かける予定だったがちょっと寒い。予定変更してぶらぶらとお花見をして、どこかでランチを食べることに。バスで同志社前まで行き、御苑を南に下がる。もうソメイヨシノは散っているものの八重桜が満開でみごとでした。

さて丸太町に出たのでランチはハンバーグの名店〔グリルデミ〕に。まだ12時前というのにほぼ満席。席に着くとすぐに満席となり、12時には2組外で待つ始末、早めに入って正解でした。恵子先生はデミ玉ハンバーグ、わたしはオムライス。ほかのお客はほとんどが煮込みハンバーグを頼んでおり、煮込みハンバーグは安くて早いし水準は超えているのだけれども、これまでの経験から、煮込みハンバーグを食べるのなら百万遍のジェームズキッチンでハンバーグを食べたほうがいい、という結論なのでデミでは鉄板ハンバーグに限る。ここは店名通りデミグラスソースがうまい。オムライスは少々失敗で、むしろライスに目玉焼きを乗けてデミグラスソースをかける『デミ玉ライス』がメニューにあればいいのになあ、などと妄想が広がる。

オムライスは祇園の〔北極星〕が閉店してしまい残念であるが、岡崎の〔グル小宝〕がうまい。ただ小宝はいつも行列しているのと、オムライス以外はお値段が少々お高い(まっとうな料理なので値段が張るのはしかたないのであるが)のが難点。この間は健康情報の高橋先生が並んでおり、(高橋先生がいたからではないが)あきらめて引き返し別な店に行った。

4月20日

土曜はけっこうな雨、13:30からオープンキャンパスもあるので早めに買い物に行くことに。高島屋の551でお昼を、と恐る恐る提案したところ、意外にもあっさり恵子先生のOKがでた。大丸でコーヒー、骨付きハムを買い藤井大丸へ。晩御飯は手巻き寿司の予定なので、魚を物色する。今日は天然ものの鰯と鯛がお買い得だったので両方買い求める。おっと、豚肩ロースのかたまりもあったので煮豚を作ろう。そうこうしている間に12時を過ぎてしまったので551は並ばないといけないと覚悟して高島屋に向かったのであるが、案に反して551はがらから、すぐに座れた。恵子先生は海鮮焼きそば、先生は餃子二人前とライスセット(ライス、海老焼売2個、スープ)。餃子といえば王将が有名だが、551の餃子の方が安くてうまい。(しかしよくしたもので、炒飯は王将の方が安くてうまい。)おなか一杯となり帰宅後オープンキャンパスに参加。その前に肩ロースをたこ糸で縛り、生姜のかけら、キノコ類のはしっことともに鍋に放り込んで45分放置。あいさつするだけ、と思っていたのに質疑に参加とはしらなかった。みなさんが参加した去年のオープンキャンパスは先生が司会でチ

ヤットの質問をさばくのがけっこうたいへんであったが、今年は中山先生が苦勞されていた。途中、豚が茹で上がったので気が気ではない。最後の一言まで言わされてオープンキャンパスは終了。急いで、豚をゆで汁、紹興酒、醤油でさらに 10 分ほど煮て煮豚を仕上げる。しかしこれは明日の晩御飯。今晚の下ごしらえをしないと。鰯は、かま、骨、皮がついているのでまずかまを切り分け(これは明日のお昼ご飯用)、身の部分は切り身にして冷凍、かまのすぐ横の脂ののっているところを今晚の刺身用に皮を引いておく。鯛も身が 2 枚あったので、1 枚を酢メにして生ずし(がこれも明日の晩御飯用)、もう 1 枚は半分を混布メに。そら豆、チーズ、ハムでヒューガーデンホワイト、よなよなのクラフトザウルスを飲む。手巻きは梅紫蘇きゅう、鰯、鯛、鯛混布メ、昔冷凍しておいたまぐろと、みため割と豪華になった。いただきものの七賢を開け、これがまた魚に合う。手巻きにご飯と酒が不思議と進む土曜夜。

4 月 27 日

緊急事態宣言は出たものの、食料品の買い出しは不要不急ではないはずと理屈をつけて、日曜は恵子先生と四条に出かける。けっこうな人出、みんな理屈をつけているのだろうか。大丸でコーヒーと弘のコロッケを買う。コロッケといえば、子供のころ肉屋で揚げている一個 10 円の揚げたてのコロッケが一番だったのだが、弘のコロッケは今まで食べたコロッケの中で一番うまい。そうこうしているうちに 12 時となり、お昼ご飯だって食べないわけにはいかないので、決して不要不急ではない。というわけでダニエルズでランチ、鹿児島豚と玉ねぎのソースのパスタ、うまい。そして藤井大丸へ。ポテトサラダがどうしても食べたかったので新じゃがを買う。

帰宅して晩御飯の準備。とにもかくにもポテサラだ。きゅうりと玉ねぎをスライスし軽く塩をふってしばし放置。新じゃがの皮をむき、半分に切ってラップで包みレンジ。3 回くらいかなり柔らかくなるまで火を通す。(マイクロ波を通す、か?) 3 回目に人参もレンジに投入。熱々のじゃがいもと人参を手早く切って、熱いうちに塩、こしょう、つぶマスタードでしっかり味付け。放置しておいたきゅうりと玉ねぎをぎゅーとしぼって、じゃがいもとまぜ、マヨネーズを適宜投入しよくまぜる、はいできあがり。恵子先生からにせ北海サラダの注文が入ったので、キャベツを大量に繊切りにする。でっかいボールに山盛りとなったが、これも軽く塩こしょうして 5 分ほど放置、でぎゅーっとしぼる。春キャベツなのではてしなく水が出る。よくしぼったら、かにかまを割いてまぜる。いつもより多めに入れたので豪華に見える。こればかりはかにかまのほうが、本物のかにを入れるよりうまい。(本物のかにをいれたことはないが。)マヨネーズを投入しさらによくまぜてできあがり。

晩御飯はそら豆とチーズでヒューガーデン白、よなよなエールのブラック IPA。ポテサラ、にせ北海サラダ、焼きソーセージに田酒を開ける。甘口でとてもよろしい。あとはキャベツの繊切りに弘のコロッケ。いずれにしても酒が進む緊急事態宣言下の夜。

5 月 11 日

みんな連休中は感心にも医療統計の復習をしていたはずである、していたに違いない、

いいえしていました。というわけで、ご褒美に再び簡単なレシピを紹介しよう。魚肉ソーセージ、というものを知っているだろうか。最近は「お魚ソーセージ」などとも称している代物。この魚肉ソーセージを斜めに適度な厚さの薄切りにする。フライパンにごま油を少し入れ火にかけ、魚肉ソーセージを投入。両面に焼き目がついたところでお醤油を少量入れ強火でメイラード反応、はいできあがり。笑っちゃうくらい簡単で、ごはんにも合うしビールにも合う。

5月18日

土曜、食料品の買い出しに。ずかし鶏のストックが切れつつあるので、藤井大丸で安い鳥の胸肉を2つ購入。と、鮮魚売り場に蟹が二杯で1380円、これはもう買うしかないではないか。ついでにバイ貝も購入。帰宅後、取るものも取り敢えず、ずかし鶏を作る。さて蟹である。蟹は食べ始めるとみんな黙々と身をほじっていて、うるさいOBなどがいる宴会にはうってつけだそうだが、家での食事では面倒な事はなはだしい。よし今日は全部解体しよう、と「蟹 解体」で動画を検索して予習してから取りかかる。まあきれいに解体できたが、二杯分なので小一時間もかかってしまい腰が痛い。3月にかなりひどいぎっくり腰になった後なので用心しないとイケない。バイ貝は今日は肝だけ湯がいて肝ぽん酢に、身は明日バタ炒めにする。蟹に手間取り少し遅くなってしまったが、食事の前にビールとつまみを持って家の近くの植治の庭に。土曜は暑かったけれども夕方の風は心地よい。塩ゆでしたエンドウ豆と唐揚げにヒューガーデン白、パンクIPAを堪能する。さて家に戻って、蟹だ蟹。

6月1日

土曜、お昼は[ダニエルズ]へ。先々週はがらがらだったのに今日は予約で満席。自分が食べに行っていて言うのもなんだが、やっぱりみんな気が緩んでいるのか？鶏のラグーとキャベツのクリームソースパスタをおいしくいただく。先週ミニトマトが安かったので箱買いしたのが食べきれずに残っているので、今日はラタトゥユを作ることになり、ズッキーニ、なす、玉ねぎを購入。ビールもいろいろ買い込んだので今日はビール祭り、大丸で弘のコロッケ、ミンチかつ、唐揚げをゲット。(弘のミンチも絶品でお勧め。)帰宅後ただちに仕込みにかかる。玉ねぎ、ズッキーニ、なすを適当な大きさに切り、ミニトマトは半分にして、オリーブオイルで炒め適宜塩、こしょう。いつも野菜ごとに別々に炒めるのであるが、ふと『このあと鍋で煮込むんだから炒めるときも全部一緒にいいのではないか?』と疑問がわく。次回はそうしてみよう。炒めた野菜を鍋で煮込む、中火で5分、弱火で10分、その後鍋ごと毛布にくるんで放置。今日も天気がいいので植治の庭でビールを飲み飲み、うすいえんどうの塩ゆでと唐揚げでまったりする。帰宅して、バケットにチーズ二種(白カビとハードチーズ)、ヒューガーデンホワイト、ラタトゥユにはダニエルズのフォカッチャとBrewdog デッドポニークラブ。そしてメインの弘のコロッケとミンチには大量のキャベツの繊切りとベアードビール、うまい。

6月8日

藤井大丸で飛び魚の刺身が安かったので 1 パック購入。半身が 3 枚入っていたので、2 枚は刺身に 1 枚は生ずしにすることに。両面にたっぷりの塩をまぶして斜めにしたバットに 30 分放置。けっこうな水分が出るので飛び魚をさっと洗って水けをふき取り、ワインと酢を 1:1 に合わせたワイン酢にまた 30 分放置。これで飛び魚の生ずしができあがり。と思ったら、中骨が残っていて、毛抜きで抜こうとしてもなかなか手ごわく、仕方ないので包丁で切り取る。さらに今日は鮓にすることに。少量のご飯をレンチンしてすぐに酢とみりんを中さじ 1 ずつ、よくまぜたところで、大葉、みょうがを繊切りしてさらにこの酢飯にまぜる。これを握って飛び魚の生ずしに載せ、巻きすがないのでラップできっちり巻いて冷蔵庫で 1 時間ほどなじませて出来上がり。今宵も植治の庭(医療統計ホームページの写真参照)でえんどうの塩ゆでとチーズでビールを飲み飲みまったりする。帰宅して本格的に飲み始め、生春巻き、なすとズッキーニの揚げ浸し、飛び魚には日本酒ですなあ。飛び魚は刺身にしたものより生ずしの方がうまかったので、刺身は 1 枚だけにして、2 枚を生ずしにすればよかった。次回からはそうしよう。まったくおなじ作り方で、鰯やいわしの生ずしもできるのでお試しあれ。

6 月 15 日

土曜、はじめて Zoom 飲み会なるものに参加した。はじめてなので勝手がよくわからず、普段通りの晩御飯を準備する。藤井大丸で鮓が安かったので(中くらいのサイズを三枚に下したお刺身用が 400 円くらい)生ずしにすることに。前回の飛び魚と全く同じ、半身を 30 分塩して 30 分ワイン酢につける。そのまま刺身でたべてもうまいがやっぱり寿司にしたいので、少量の白飯を解凍し、酢・みりん各大さじ 1、みょうが、大葉、生姜を繊切りにしてよくまぜる。これを軽く握って鮓に載せラップで巻いてあとは冷蔵庫で少し寝かせる。恵子先生が小海老のフライを食べたいというので、大丸の R 1/F で小海老のフライを買う。タルタルソースがついてくるのであるが、先生はエビフライはとんかつソース派なのでいつもタルタルがあまってしまう。もったいないのでポテトサラダを作ろう。玉ねぎときゅうりを薄く切って軽く塩をあてる。新じゃがの皮をむいて半分にしてレンチン。切ると崩れるくらいまでレンチンして OK。じゃがいもが熱いうちに適当な大きさに切って塩、コショウして、粒マスタードをたっぷりいれよく混ぜる。玉ねぎときゅうりをギュッと絞って投入し、普段はマヨネーズだが今日はタルタルソースを投入してさらに混ぜ、はいできあがり。ポテトサラダを作らせたなら京都一ではないだろうか。

19 時開始で恵子先生と参加。スターターは蒸し茄子の中華風、焼きトマト、バゲットにチーズでみなさんと乾杯。乾杯も普段通りのヒューガーデンホワイト。二杯目のビールはこれも定番のよなよなエール。久在屋の地豆腐(大豆が月替わりで今月は北海道の「つるの舞」)、なす・ズッキーニ・アスパラの揚げ浸し、には日本酒に切り替えて佐賀の東一に。ところが参加してるみなさんはすでに晩御飯はすませていて、ビールを飲むだけであつたりと、うちだけ普通に晩御飯なので徐々になんか場違いな感じが。それでもかまわず、R 1/F の小海老のフライ、自家製ポテトサラダ、 \times はアジの生ずし。東一がなくなったので、奈良の風の森秋津穂を開け飲み続ける。風の森は「お米をあまり磨かず大地のエネルギーを発酵に活

かし、豊かな複雑味を最大化したシリーズ」で、磨き 80%の純米酒なのであるが、これが純米吟醸よりもうまい。Zoom 飲み会は子供が乱入したりするのは楽しいが、話もなんかまとまりがないし、一人に至っては通信状態が悪いからとビデオオフで参加していて、それで楽しいのか?状態である。突然先生のパソコンのウェブカメラが機能しなくなり、ちょうどいいだから、と2時間弱でお開きとすることに。初体験のZoom飲み会、まあよしとしておこう。

6月22日

18日は創立記念日であったせいか無性に角煮が食べたくなり、幸い藤井大丸にスペアリブがあったので3個入りを2パック購入。創立記念日だというのに集中講義の予定が詰まっていた学生さんにはもうしわけないが15時から観察研究の統計的方法のライブ質疑。さて質疑が終わったので、スペアリブの余計な脂を取り除き、フライパンで各面に焼き目をつける。鍋にひたひたの水、生姜の皮、ねぎのはしっこ、塩少々を加え、30分ほど茹でる。並行してゆで卵も3個作っておく。スペアリブが茹でたら、煮汁、紹興酒をカップ半分、と思ったら紹興酒が足りずカップ1/4しかなかったので、みりんをカップ半分足す。みりんを入れたので今回は砂糖はなし、あとは醤油を適宜加えて味を調べ、スペアリブ、玉子を10分ほど煮たててできあがり。辛子を添えて食べるとうまいんだなあこれが。角煮といえば豚バラ肉が定番だが、骨まわりの肉のうまさはまた格別なので、スペアリブの角煮、お試しあれ。

6月29日

土曜は1回目のワクチン接種。非常にスムーズなオペレーションで、恵子先生とともに接種後の15分待機も含めて10時半には終了。帰りに熊野神社前のストリート八百屋、西村さんに寄り、ねぎ、レタス、折れアスパラ、きゅうり、なす、水なすなど大量に買い込む。恵子先生が今日は鱧だ、というので藤井大丸で850円の鱧を購入、晩御飯は鱧しゃぶに。枝豆、おとといの残り物の鶏椎茸蓮根の豆鼓蒸し、ヒューガーデンホワイトとよなよなクラフトザウルス、接種後のビールは格別にうまい。弘の唐揚げにベアードビールの静岡サマーみかんエールを追加。残念ながらみかんエールはいまひとつでした。水なすの塩もみ、アスパラの焼き浸し、オクラの胡麻和えをあてに慶応大学の佐藤泰憲先生からいただいた白露水珠を飲む。さて、鱧しゃぶ。小鍋に水とお酒を1:1、出汁昆布を入れて煮立てる。ほんの少し塩と醤油を垂らして鱧投入。ねぎぽん酢でいただくともう、日本酒が進む。野菜は西村さんで買ったねぎとレタス。レタスの外側の硬いところは鍋にしたり炒めて食べるとうまいんだよなあ。締めは雑炊。醤油を足して味を調べ、新鮮な冷凍ごはんをそのまま鍋に投入、出汁を吸ったところで玉子を割り入れざっとかき混ぜてねぎをちらせばできあがり。息つく間もなく食べ終わる。みなさんもワクチンの後はおいしいビールに鱧しゃぶなんていかがだろうか。

7月6日

夏だカレーだ、ということで日曜はカレーを作る、といってもカレールーを使うだけだが。いつもは玉ねぎを1個薄切りにして炒めるのであるが、なぜか青ねぎをでっかい一束買っ

てしまいなかなか消費できないので、今回は青ねぎを 10 分ほど炒める。鶏肉を炒め、きのこ(舞茸、しめじ、エリンギ、たもぎ茸)もたっぷり、玉ねぎと人参を炒め、いずれも軽く塩コショウ。にんにくを 2 かけほどすりおろし、ハウスザ・カレーのフンド・ポーとおでんの残りのスープで炊く。沸騰したらあくを取り、弱火で 5 分、定温調理器で鍋をくるむ。6 時間くらい経ったので、ザ・カレー辛口のルー全部とコスモの甘口ルーを半量入れ、再度沸騰したら弱火で 5 分、また毛布にくるみあとは明日まで寝かせておく。月曜朝、もう一度火入れして毛布にくるむ。さて、いよいよ晩御飯、青ねぎのせいかいつもと違うとろみがあるがおいしいカレーでした。

7 月 13 日

土曜、恵子先生がお昼は[マドラグ]でお子様ランチを食べたいというので少し早めに出て藤井大丸へ。12 時前に着いたのにもう 5 組ほど待っていたので即あきらめる。まあこんなことだろうと前日から『マドラグに入れなかったらキッチン今村亭』という予備プランを準備していて、裏寺町の[キッチン今村亭]へ直行。サラダのサンチョで行列しているのはなぜなんだろうか。今村亭はがらがら、みんなこっちにすればいいのに、いや今村亭が混んだら困るんだけど、などと思いながら B ランチ、恵子先生はハンバーグ、先生はエビフライを注文。ここはお年の夫婦ふたりの昭和の雰囲気漂うお店、料理はおいしいし、スープと食後のデミタスコーヒーがついて 1100 円はお値打ちですぞ。お腹がいっぱいとなったところで買い物、再び藤井大丸へ。今日は鮮魚売り場で中くらいの鮎が 4 匹 300 円だったので迷わず購入。(もちろん養殖、天然物はちっちゃいのが 2 匹で 800 円!)晩御飯は手巻き寿司なので中とろ、平目の縁側(なぜか縁側だけ売っていて、しかも 4~50cm はあるので巨大な平目のはずであるが身売っていないのはなぜ?)などを買って求める。さて帰宅してさっそく鮎の一夜干しに取りかかる。鮎を背開きにして内臓とえらをとりきれいに洗う。5%の塩水に 30 分ほど漬けたら水気をよくふき取り、鮎の一夜干し専用のセーターを干すネットで部屋干し。これはそのまま数時間放置。ここからは晩御飯の準備。まず夏野菜の焼き浸し、なす、ズッキーニ、隠元、オクラをごま油でじっくり焼き、創味のつゆに漬けて冷蔵庫で冷やしておく。残った隠元とオクラは 1 分ゆでて胡麻和えに。枝豆は両端をはさみで切って軽く水洗いし塩をまぶして放置。まぐろと縁側を切って準備完了。シャワーを浴びて宴会の開始。枝豆は軽くラップして 500W2 分 30 秒レンチン、ちょっとやりすぎだった。551 の餃子もけむらん亭でかりっと焼いてヒューガーデンホワイトとよなよなクラフトザウルス、暑い日はビールがうまい。胡麻和えと夏野菜の焼き浸しには太平海、うまいなあ。手巻きは白ご飯を解凍して築地丸山海苔店の佐賀のはしりで。この海苔が肉厚でそれだけでもうまい。お刺身だけだとそんなに量は食べられない(よく海辺の町に行くと舟盛りなるものがどどーんと出されるが残ってしまってもったいない)のに、寿司にするとけっこう食べられるのが不思議。太平海がなくなったのでお酒は仙禽に切り替える。鮎の一夜干しを忘れてた。日曜の晩にけむらん亭でこんがり焼くと、養殖なのに鮎のいい香りがして、仙禽とともにおいしくいただきました。