

ぬか漬け

家の裏に小さな畑がある。冬はほうれん草や大根、夏はきゅうりや茄子（なす）を亭主殿がつくっている。わたしはもっぱら収穫担当で、夏の草刈りで大汗をかいた後などは、畑になっているきゅうりやトマトをもぐなり、その場で食べて水分補給する。実にうまい。きゅうりがなり始めたら1日に7、8本もなることがあるので、そんなときは畑で4本、台所で2本食べ、残りの2本をぬか漬けにする。わたしは子どものころからきゅうりが大好きなのだ。

食べる度（たび）に思うのだが、トマトや茄子が収穫当日と3日後とでさほど味が変わらないのに比べ、採りたてのきゅうりは格段に味が違う。オツとたまげるほどに甘味とうま味が濃いのだ。あれは、採りたてを食べたことのある人でなければわからないだろう。まさに、田舎ならではの贅沢（ぜいたく）。

先日も、昼過ぎにもいだきゅうりに塩をまぶしておいて、しばらくたって水気をしぼり、砂糖を入れた米酢に浸（つ）けておいたシラス（ちりめんじゃこ）と混ぜて晩ご飯に食べたら、亭主とふたり、ただのきゅうりもみがどうしてこんなにうまいんだろう、と言い合うほどうまかった。

きゅうり大好き人間のわたしに対し、亭主殿は茄子の方が好きだと言う。関東の茄子はもっぱら小茄子だが、山口では30センチを超える長茄子が主流である。これをグリルでこんがり焼いて皮をはぎ、かつお節をまぶしてしょうゆをかけて食べると、これまた、こたえられない。長茄子には、小茄子にはない甘さがあるのだ。

亭主はぬか漬けが大好きである。茨城に住んでいたころ、彼は新宿まで往復5時間、つくばエクスプレスの開通前は6時間かけて、毎日通勤していた。それを十数年続けたのだから、女房としては「この亭主、偉いっ」とつくづく感心かつ尊敬する。ならば、朝出かける前にせめてうまい飯を出さねば申し訳ない。夏になると、わたしは毎日きゅうりと茄子をぬかに漬けた。その甲斐あって、「夏の朝飯には、ぬか漬けのきゅうりと茄子さえあればよかった」と今でも亭主殿は言う。シラスを添えるともっとうまい。9月、ぬかみそが酸っぱくな

ってくると、その年のぬか漬けは終わる。



ぬかみそを保つのは少々手間だが、琺瑯（ほうろう）容器で冷蔵庫に入れておくとカンタン。毎日混ぜなくても大丈夫。琺瑯なら臭いもつかないし、塩からくる錆（さび）にも強い。容器の一隅だけ底が見えるようにぬかを「掘って」おいて、余分な水

気をためて捨てる。ただし、漬け始めの1週間ほどは、ぬかみそがまだ未熟で何を漬けてもまずいから、「捨て漬け」を繰り返さなければならない。

これはどうにかならないか、と思っていると、ぬか漬けは発酵食品だと新聞に載っていた。乳酸菌が働いているのだと言う。ならば、とわたしは考えた。同じ乳酸菌食品のヨーグルトを使えば、発酵が早くうまく進まないか？

もちろん乳酸菌といっても何種類もあるのだろうが、試してみない手はない。すると、宅配の安い生協のヨーグルトではあまり効果がなかった。では、とスーパーの棚を前にして考え、今まで高く買って買ったことのない小岩井農場やカスピ海のヨーグルトを使ってみた。オー、初日からぬか漬けのきゅうりがうまい。大成功。

おススメですよ、皆さん。