

粉モノもビールに合うんだよなあ

我が胃袋の叫び

ふちんかん

粉モノ大好き関西人、お好みい症候群

嘉門達夫の唄ではありませんが、われわれ関西人は粉モノ大好きですな。うちではお好み焼きが週末の定番メニューであります。最近ようやくまともなお好み焼きが作れるようになったのでここで公開しますぞ。

まずタネとして小麦粉（基本は弱力粉、たまに強力粉とブレンド）と水ですな。小麦粉の重量に対し、水を 90%程度、この割合が大事なようです。以前は水を 100%以上入れていたのですが、焼き上がりがべちゃっとしたり、厚くすると中まで焼けなかったりと散々でした。今は小麦粉 350g に水 300g 程度ですな。この割合で強力粉まで入れると、かなり粘りがでて混ぜるだけでも大変なタネになります。まあ後でキャベツの水分が出るので大丈夫ですよ。

タネはしばらく寝かしておきます。時間がないときは省略しますけどね。

次にキャベツ、これはスライサーでどんどん削っていきます。小さなキャベツなら一個分くらいですかね。大きなボウル一杯になるくらいです。私は不器用なので実はスライサーは苦手です……ここだけは嫁さんにやらせてもらってます(^^;)。フードプロセッサーでやったこともあるんですが、どうもサイズが揃わないか、揃うまでやるとみじん切りになってしまうので一回でやめました。包丁も不器用者にはどうも……。

最近ではネギも入れます。こちらは面倒で刻みネギを買ってくる人が多いです。

次は楽しい具材3ですな。うちの定番はチーズと餅ですね。チーズはベルキューブのレッドミックスを小さく切ります。3つの個性がお好み焼きの中でも際立ちます。餅はポリウムがでて良いですね。こっちも小さく刻んで入れます。大きいと冷めたときに固くなっていけません。

あとは、桜エビ、天かす、カツオ節ですね。カツオ節は最近入れ始めたのですが、けっこう味がでるので、タネを作るときに入れていたダシの元が要らなくなりました。

最後に私はモダン焼きが大好きなので、焼きそば麺も塩こしょうで軽く炒めておきます。一玉でモダン焼き2枚分ですな。

さて寸胴鍋に入れたキャベツ・ネギの上にタネを流し込み、ガンガンかき混ぜます。具材を入れてさらにかき混ぜ、最後に卵を2個入れ、これまたかき混ぜます。これでタネは完成。

フライパンでブタバラを加熱、油を出します。いったんブタは出します。

よくお好み焼きはホットプレートで・・といいますが、私は火力の調整さえちゃんとすればコンロでできると思っています。というか二挺使いするためにはコンロしかないのですが……。

フライパンにタネを落とします。真ん中から外へ厚さを調節しながら広げていきます。厚さは2cmくらいでしょうか。中心をちょっと凹ませるのはハンバーグと同じですな。適当に形を整えて蓋をします。火加減は弱めの中火。それから2分待ちます。そして蓋を取ってフライ返しをタネの底に押し込み、焼けていることを確認します。ブタを乗せ形を整えて今度は蓋をせずに2分焼きます。初めから蓋をしないとフライパンに接している部分ばかり焼けてしまふし、ずっと蓋をするとカリッと焼き上がらないし調整が難しいですな。試行錯誤の結果、私は初めの2分だけ蓋をすることにしました。

フライ返しで押さえることはしません。押さえると固くなってしまいます。水分の少ないしっかりしたタネを作っていれば押さえなくても火は通ります。

タネを入れて形を整えるのに1分、そこから4分、だいたい5分くらいで片面の焼き上がりです。ひっくり返して次のフライパンに入れます。こちらは蓋をせずに、やはり弱めの中火で5分焼きます。その間に最初のフライパンには、またタネを入れて蓋をして……と繰り返します。このように流れ作業でだいたい6~7枚焼いて終わります。二挺使いとはいえ、焼き初めてから終わるまで30分以上かかります。夏場はさすがに暑いので焼きながら立ちビールですよ。

モダン焼きは後半に作ります。まずソバを入れて、その上からタネを入れます。後半に作る理由は鍋の底に貯まる水分の多いタネを使うためです。ソバの分だけ厚さがありますので、こちらは1分ずつ多めに焼きます。

さて焼き上がりです。冷めてはいけないので子どもたちは既に食べ始めています。普段の食事は全員で「いただきます」をするわけですが、お好み焼きだけは特別ですね。お好みソースの上にマヨネーズ（私はマスタードマヨネーズ）、その上に青のりとカツオ節をかけていただきます。ビールが旨いです。うん。

ほな、また