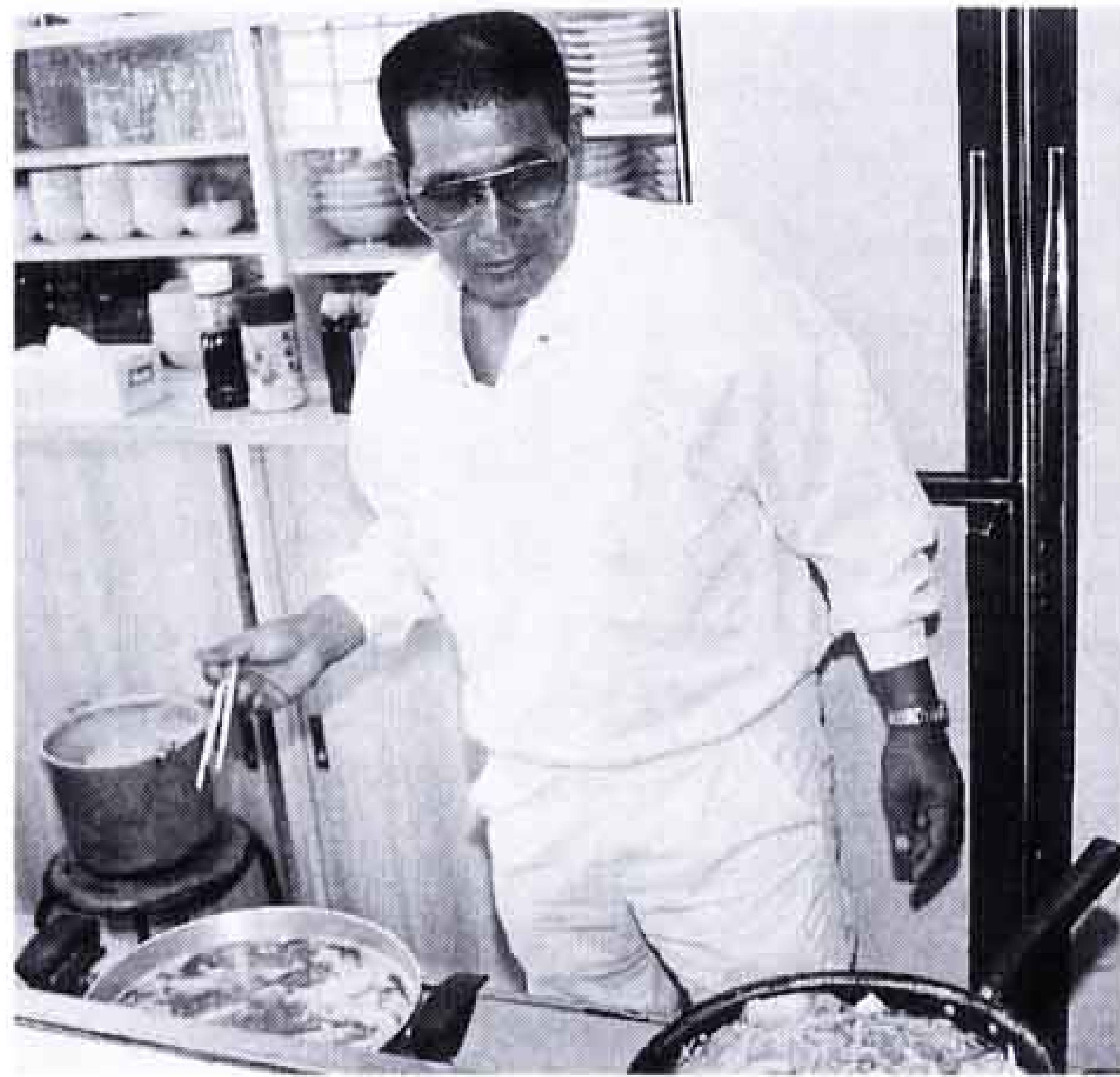


いかや、さんまのおいしい季節になりました。さんま飯もおいしいけれど、今回は簡単にできるいか飯を岡島賢臣さんから習いました。

岡島さんの、素材を見る目は確か。毎朝四時起きして、近くの市場をのぞくのが日課とか。目星をつけた、安くておいしい素材を使った朝食づくりは、もう三十年続いているそうです。

いか飯は薄い味つけにすれば、いかの風味が引き立ちます。濃く煮つければ、酒のさかなにもぴったり。冷めたら、ちょっとあぶるとおつな味が楽しめます。男性よ！酒のさかな自分でつくるのも、案外おもしろいかも。



(六) (五) (四)

(三) (二) (一)

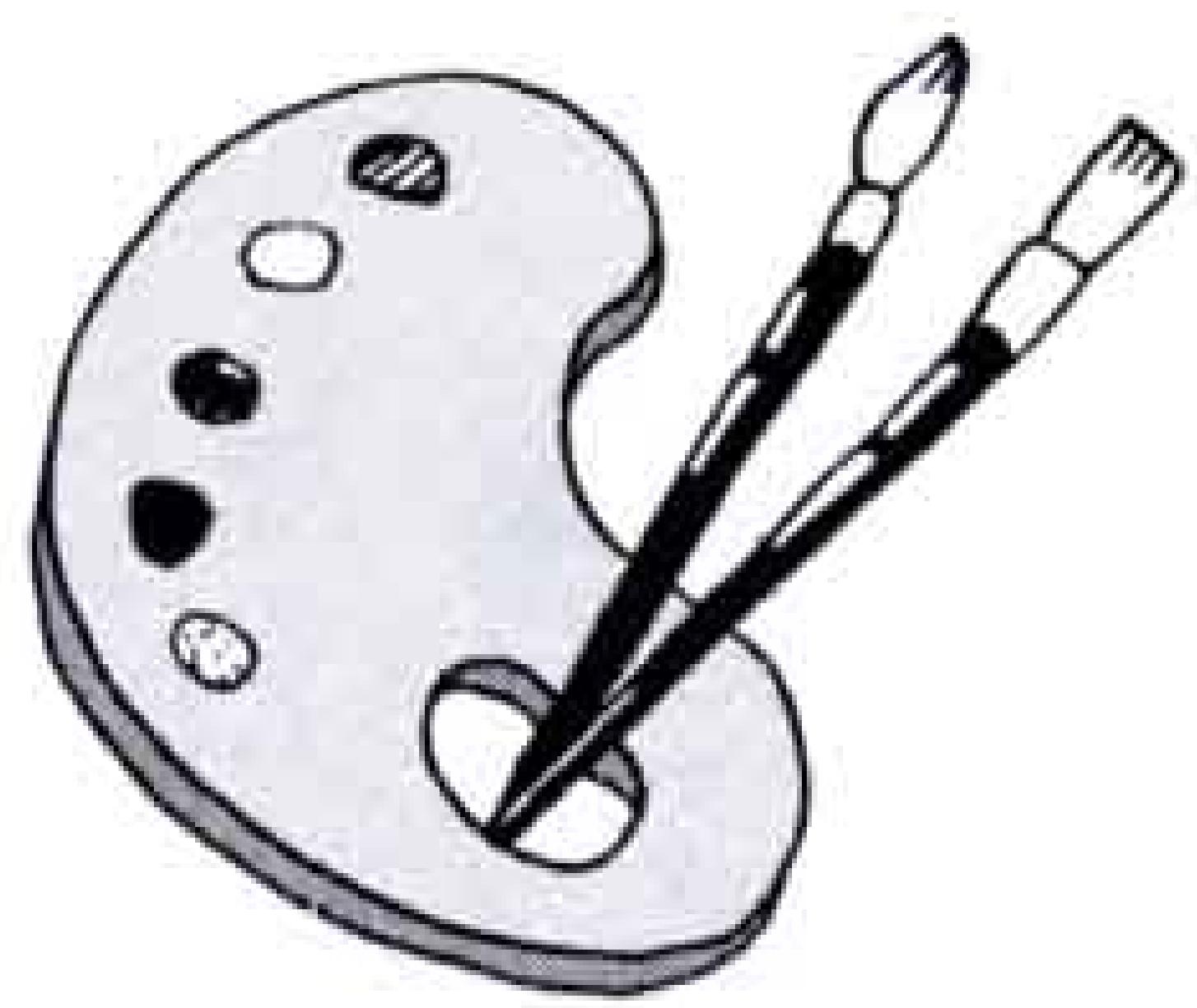
(六) ウルチ米とモチ米を六・四の割合でまぜ、といでおく。
いかを洗い、すみとはらわた、足を取る。はらわたは、後から使うのでとつておく。
いかに、といでおいた米を大きじ一杯くらい入れる。

(五) 煮ると、いかは縮むし米は膨らむので、入れ過ぎないようにする。

(四) いかの下をようじでとめて、ひたひたの水で四十分くらい煮る。

(三) 砂糖、しょうゆ、酒で、好みの味をつける。

(二) はらわたを入れ、焦げないよう注意しながら、コトコト約二十分間煮る。



ひと

初めての市長賞受賞。
市展の最後を飾る「絵画・彫塑展」の洋画の部で、市長賞に輝いたのは増田ひでのさん。百三点の応募の中から選ばれた「花のある静物」は、色調を抑えた落ちついた感覚の作品です。審査では「絵画の基本に忠実で、しかも遊びや力量もあり」と絶賛されました。

増田さんは、今回が初めての市長賞受賞。「ねらつても、なかなかかいただけない賞ですから、とてももうれしい」と、自宅のアトリエで喜びを話してくれました。

「逆光だと、どうしても作品が平面的になりやすいのです。でも、それに立体感を出すようにするのが難しいけれどやりがいです。絵画は、写真のように写すものではなく、作者に表現の自由がありますから。逆光は、私のオリジナリティですね」。

増田さんは、今は主に静物画を描いています。「人物や風景など、モデルをお願いしたり、その場所にまた行きくなったりしますしね。その点静物画は、好きな時間や家の合間に、好きな時間や家の合間に、絵筆を握ることができますから」。

アトリエには、かきかけの百号のキャンバス。新たな挑戦が始まっているようです。

しゅんの素材がうまさのもの 岡島 賢臣さんに習つたいか飯

男の

料理

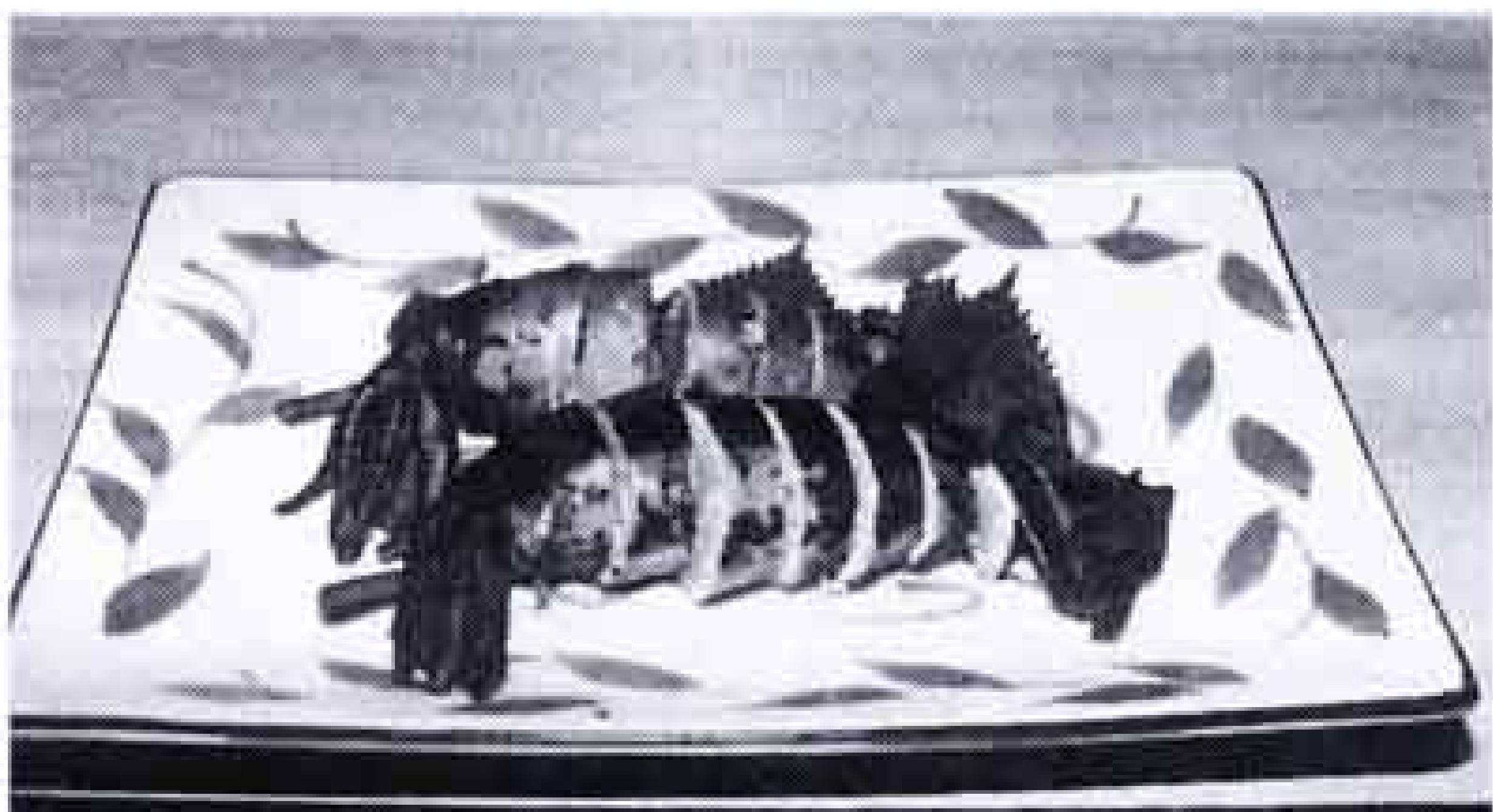
シリーズ…④

いか飯

「材料」

- ・いか(1人当たり1杯)
 - ・ウルチ米
 - ・モチ米
 - ・砂糖
 - ・しょうゆ
 - ・酒
 - ・ようじ
- 「所要時間」
・90分
「今月のシェフ」
・岡島 賢臣さん

(前田97-2)



逆光で描いた「花のある静物」
洋画の部で、見事 市長賞受賞

増田ひでのさん

(比奈・50歳)

