

Sawi Putih Masak Krim

白菜のクリーム煮

[Bahan: untuk 4 porsi]

Daging paha ayam 2 lembar, sawi putih 1/4 buah, wortel 1 buah, jamur (*shimeji*, dsb.) 1 bungkus, air 200 mL, kaldu padat 1 buah, susu 400 mL, tepung kanji 4 sendok makan, minyak goreng secukupnya, garam dan merica secukupnya.

[Cara membuat]

1. Daging paha ayam dipotong-potong ukuran sekali gigit, lalu taburi garam dan merica.
2. Sawi putih dipotong-potong ukuran sekali gigit, wortel belah empat memanjang dan potong-potong dengan ketebalan sekitar dua mili. Jamur dibelah-belah dengan ukuran mudah dimakan.
3. Larutkan kaldu padat dengan air sesuai ukuran bahan.
4. Masukkan susu sedikit ke dalam gelas dan larutkan tepung kanji ke dalamnya.
5. Masukkan minyak goreng ke dalam wajan yang agak dalam dan tumis sebentar nomor 1.
6. Masukkan 2 ke dalam 5, lalu masukkan 3 dan rebus.
7. Setelah sayur matang, masukkan susu dan setelah mendidih, atur rasa dengan garam dan merica.
8. Terakhir, masukkan dan aduk nomor 4, setelah kental seluruhnya dan mendidih, maka siap disajikan.

Apakah Anda tahu kata *Shiwasu* (guru pun berlari)? Dalam kalender lunar (kalender lama) yang digunakan di Jepang sampai 140 tahun lalu, kata tersebut digunakan untuk menyebut Desember. Artinya bulan tersebut sangat sibuk, sehingga guru pun berlari. Memasuki Desember, siapa pun akan merasa sibuk. Bahkan pada zaman yang menggunakan kalender baru sekarang pun, masih sering terdengar percakapan orang yang mengatakan “Shiwasu desune”.

Di sisi lain, juga dalam kalender lunar, pada sebutan musim yang digunakan di China dan di Jepang yaitu “Nijushisekki” (24 musim), dikatakan bahwa tanggal 22 Desember merupakan “Toji” (titik balik matahari musim dingin). *Toji* merupakan hari siang terpendek di belahan bumi bagian utara. Pada hari tersebut, ada kebiasaan untuk mengusir rasa dingin dengan makan masakan labu atau berendam di bak air panas dengan memasukkan *yuzu* (sejenis jeruk) ke dalamnya.

Kali ini, kami telah memperkenalkan masakan yang cocok untuk Desember dan yang mudah dibuat untuk menghangatkan tubuh. Yang digunakan bukan labu, melainkan sawi putih. Seperti labu, sawi putih juga merupakan sayur utama pada musim dingin. Anda juga dapat menambahkan bawang bombay atau sayur lainnya. Ada orang yang pekerjaannya sangat sibuk pada tahun baru, tetapi ada juga orang yang sibuk karena acara pesta Natal, acara pesta akhir tahun dan acara pesta tahun baru datang secara berturut-turut! Sayur masak krim ini memiliki tampilan yang mewah sehingga direkomendasikan pula untuk makanan pesta. Selamat Tahun Baru!

[材料 (4人分)]

鶏もも肉…2枚 白菜…1/4個 にんじん…1本
きのこ (しめじ等) …1パック 水…200ml
固形スープ…1個 牛乳…400ml 片栗粉…大さじ4

サラダ油…適当 塩・コショウ…適当

[作り方]

1. 鶏もも肉は1口大に切って塩コショウしておく。
2. 白菜は1口大に、にんじんはいちょう切りにしておく。きのこは食べ易い大きさに分ける。
3. 分量の水に固形スープを溶かしておく。
4. 牛乳を分量から少しカップ等に取り、そこに片栗粉を入れて溶いておく。
5. 深めのフライパンにサラダ油をひき、1を入れて軽く焼く。
6. 5に2を入れ、そこに3を入れて煮る。
7. 野菜に火が通ったら牛乳を入れ、煮立ったら塩コショウで味を整える。
8. 最後に4を回し入れてかき混ぜ、全体にまんべんなくとろみが付いて煮立ったら出来上がり。

「師走」という言葉を知っていますか？ 日本では140年程前まで使用していた旧暦で、12月のことをこう呼んでいました。先生も走り回るほど忙しい月という意味です。12月になると誰しも忙しさを実感するためか、新暦となった今でも「師走ですね」という会話がよく聞かれます。

一方、これも旧暦で、中国や日本で使われていた季節の呼び名「二十四節気」では、12月22日頃を「冬至」と言っていました。冬至は昼の長さが北半球で最も短い日のことです。この日は、かぼちゃの煮物を食べたり、湯船に柚子を浮かべて入ったりして、寒さを払い滋養をつける風習があります。

今回は忙しく、そして寒い12月にぴったりの、簡単にできて体も温まる料理を紹介しました。使うのはかぼちゃではなく白菜ですが、白菜もかぼちゃと同じように冬が旬の野菜です。玉ねぎなど他の野菜を加えてもいいでしょう。年末年始はとりわけ忙しくなる職業の人もいるでしょうが、クリスマス会や忘年会、新年会が続いて忙しい！という人もいます。クリーム煮は見た目も豪華なので、パーティー料理としてもおすすめです。皆さん良いお年を！