

## Marilah kita buat dan makan ! Masakan di musim ini.

### — Renkonmochi —

Rasanya tidak ada orang yang tidak tahu bunga teratai, bukan ? Sejenis tanaman air yang berasal dari India. Bunga ini sering terlihat di daerah berair di Asia. Bunganya yang besar dan indah menjadi lambang yang sakral bagi berbagai agama, bahkan juga dijadikan desain di berbagai tempat. Bahkan di negeri tertentu, ada yang menggunakan bunga dan daunnya sebagai teh, lalu akar dan buahnya sebagai bahan makanan (kadang untuk keperluan medis). Di Jepang, bagian akarnya disebut *renkon* (kadang ada juga yang menyebutnya [*hasu*], sama seperti nama bunganya). Sekarang merupakan salah satu jenis sayuran yang sedang musimnya. Bunga teratai yang dicintai di berbagai Negara Asia ini, ternyata jarang sekali negara yang menggunakan akarnya sebagai bahan makanan, mungkin hanya di Jepang dan China saja. Di Jepang, akar teratai yang berlubang-lubang ini seringkali dipakai dalam masakan Tahun Baru, sebagai perlambang [kesuksesan karena bisa melihat atau meramalkan masa mendatang].

Masakan *renkonmochi* yang kami perkenalkan kali ini, mirip dengan masakan China [*daikonmochi*]. Meskipun harus diparut yang membuat lubang akar teratai ‘lambang kesuksesan’ ini menjadi tidak berbentuk lagi, namun menimbulkan rasa kenyal yang lezat. Bulan Desember merupakan bulan yang banyak pesta sehingga kita mempunyai kesempatan untuk membuat masakan yang agak mewah, misalnya *renkonmochi* yang seperti hamburger ini. Hamburger ini juga akan bertambah lezat apabila ditambahkan daging.

#### [Bahan ; untuk 4 porsi]

Renkon = 400 g (3,4 ruas), tepung katakuriko = 3 sdm, mentega atau minyak nabati = secukupnya, saus kecap shoyu dsb menurut selera.

#### [Cara membuat]

1. Akar teratai dikupas kulitnya, lalu diparut.
2. Tiriskan sampai airnya keluar, lalu campurkan tepung katakuriko, lalu bentuklah bulat-bulat gepeng.
3. Panaskan penggorengan, masukkan mentega atau minyak nabati, lalu masukkan bahan no 2. Setelah kedua sisinya berwarna coklat keemasan matanglah masakan ini. Disantap bersama saus yang sesuai selera ; kecap shoyu, kecap sushi, kecap campur gula, dan sebagainya.

※ Bila dicampur dengan daging cincang lalu dipanggang dan disantap dengan saus tomat, maka ini akan menjadi hamburger renkon.

## 食べよう！ 作ろう！ 旬の味

### — 蓮根餅 —

ハスという植物を知らない人はいないのではないのでしょうか。インドを原産とする水生植物で、ことにアジア各地の水辺では頻繁に見られます。その美しい大きな花は、様々な宗教にとって聖なるものの象徴となっていたり、色々な所で意匠として使われたりしています。また国によっては花や葉をお茶にしたり、茎や実を食用（時には薬用）にしたりします。日本では、ハスの地下茎を蓮根と呼び（単に「ハス」と呼ぶ場合も）、これはちょうど今頃が旬の野菜の1つです。こんなにアジア各国で愛されているハスですが、地下茎を食用としている所は意外に少なく、主に日本と中国だけだそう。日本ではハスは穴の空いた姿から「先が見通せて縁起が良い」食べ物とされており、そのため正月料理などにもよく使われます。

さて今回ご紹介する蓮根餅は、中国料理にある「大根餅」にも似ています。見通せて縁起が良いハスの穴は、残念ながらすりおろしてしまうので無くなってしまいますが、もちもちとした食感は後を引きまします。また12月は少し豪華な料理を作ってパーティーなどという機会もあるかもしれませんが、そのような時は蓮根餅をハンバーグのようにアレンジするのも良いと思います。お肉を使うよりヘルシーなハンバーグになります。

#### [材料 (4人分)]

蓮根…400g (3、4節) 片栗粉…大きじ3  
バター又はサラダ油…適量  
醤油などお好みのたれ

#### [作り方]

1. 蓮根は皮を剥き、おろす。
  2. 1の水をよく切ってから、片栗粉を混ぜ、手で適当な大きさの円盤型に成型する。
  3. フライパンを熱し、バターかサラダ油をひいて2を焼く。焼き色が付くように両面を焼いたらできあがり。醤油や酢醤油、砂糖醤油などお好みのたれで食べる。
- ※挽き肉を混ぜて焼き、ケチャップやソースをかけると蓮根ハンバーグになります。