

ลองทาน! ลองทำ! อาหารอร่อยตามฤดูกาล

食べよう! 作ろう! 旬の味

— มั่นฝรั่งใหม่ต้มแบบนิโคโรกะชิ —

— 新じゃがの煮っ転がし —

ในฤดูใบไม้ผลิที่ต้นไม้แตกใบอ่อน ไม่ว่าจะเป็นที่ร้านขายผักหรือซูเปอร์มาร์เก็ตก็จะมีผักที่พบเห็นได้เฉพาะในฤดูกาลนี้เท่านั้นเช่น ชงไช เรียงรายอยู่เป็นจำนวนมาก นอกจากนั้นผักที่มักจะพบเห็นกันตลอดทั้งปีก็มีเนื้อนุ่มและชิ้นต่ำกว่าปกติในฤดูกาลนี้ ในบรรดานั้นก็มีทั้งผักที่เรียงรายอยู่หน้าร้านด้วยชื่อเรียกเฉพาะในฤดูใบไม้ผลิที่ต่างออกไปเล็กน้อย เช่น “กระหล่ำฤดูใบไม้ผลิ” “หอมหัวใหญ่ใหม่” เป็นต้น

芽吹き季節である春は、八百屋でもスーパーでも、山菜などこの季節にしか出会えない野菜がたくさん並びます。また1年を通してよくお目に掛かる野菜も、この季節は普段より柔らかく瑞々しく、中には「春キャベツ」「新タマネギ」など、春だけいつもとちょっと違う名で店先に並ぶものもあります。

“มั่นฝรั่งใหม่” ก็เป็นชื่อเรียกในแบบเดียวกันนั้น โดยเป็นชื่อที่หมายถึงมันฝรั่งที่เก็บเกี่ยวได้เป็นครั้งแรกของปีนั้นๆ แต่มันฝรั่งพันธุ์ที่มีหัวเล็กผิวบางมีปริมาณน้ำมากซึ่งเก็บเกี่ยวได้ในฤดูใบไม้ผลิก็มีชื่อเรียกเหมือนกัน

「新じゃが」もそのような名前のひとつで、その年初めて収穫したじゃがいもという意味合いの名ですが、春に収穫した、小粒で皮が薄く水分の多い品種のじゃがいもを一様にこう呼んでいるようです。

วิธี “ต้มแบบนิโคโรกะชิ” ของ “มั่นฝรั่งใหม่ต้มแบบนิโคโรกะชิ” ที่จะแนะนำในคราวนี้นั้น เดิมทีโดยมากแล้วเป็นการเรียกอาหารที่ต้มเผือกญี่ปุ่นแบบแตงรสหวานเค็ม แต่ในคราวนี้เราลองมาใช้มันฝรั่งที่มีอยู่ในฤดูกาลนี้เท่านั้นกันดู เพราะมันฝรั่งใหม่มีหัวเล็กและผิวบางจึงไม่ต้องเสียเวลาตัดและปลอกผิวให้ยุ่งยาก และยังสุกง่ายอีกด้วย เนื่องจากเป็นส่วนประกอบอาหารที่ทำให้สามารถรับประทานไปกับรสชาติของฤดูใบไม้ผลิได้โดยง่าย ขอให้ลองนำไปใช้กับอาหารประเภทอื่นดูด้วย

今回ご紹介する「新じゃがの煮っ転がし」の「煮っ転がし」は、元来サトイモを甘辛く煮た料理を言うことが多いのですが、この季節ならではの新じゃがを使って作ってみましょう。小さく皮が薄い新じゃがは、剥いたり切ったりする手間が少なく、火も通り易いので、手軽に春の味覚を楽しめる食材としてお勧めです。色々な料理に使ってみてください。

[ส่วนประกอบ(สำหรับ 4 ท่าน)]

[材料 (4人分)]

มั่นฝรั่งใหม่...500 กรัม น้ำซุปลาดิบแบบญี่ปุ่น...400 มล
น้ำตาล...3 ช้อนโต๊ะ โชยุ... 3 ช้อนโต๊ะ น้ำมันสำหรับผัดทอด...พอเหมาะ

新じゃが...500g 和風だし...400ml
砂糖...大さじ3 醤油...大さじ3 炒め油...適量

[วิธีทำ]

[作り方]

- ล้างมันฝรั่งใหม่ให้สะอาด หากมีหน่อก็ให้ตัดทิ้ง สะเด็ดน้ำให้แห้ง
- เทน้ำมันลงในหม้อ ใส่ 1 ลงไปผัด
- เทน้ำซุปลาดิบลงใน 2 พอเดือดก็เติมน้ำตาลกับโชยุลงไป ปิดฝา ต้มไฟปานกลาง-อ่อน ไปจนมันฝรั่งนุ่ม
- เปิดฝาดูออก เร่งไฟให้แรงขึ้นเขย่าหม้อไปมาเพื่อไม่ให้มันฝรั่งไหม้ พอน้ำที่ต้มงวดก็เสร็จพร้อมรับประทาน

- 新じゃがはよく洗って、芽があれば取る。水気をよく切る。
- 鍋に油をひいて1をよく炒める。
- 2にだし汁を入れ、沸騰したら砂糖と醤油を加え、蓋をして新じゃがが柔らかくなるまで中～弱火で煮る。
- 蓋を取って火を強め、焦げないように鍋をゆすり、煮汁が少なくなるとろみが出たらでき上がり。

〈日本語できるかなの答え〉①C②D③E④A⑤B