

ลองทาน! ลองทำ! อาหารอร่อยตามฤดูกาล

食べよう! 作ろう! 旬の味

— เจลลี่ส้ม —

— みかんゼリー —

ไม่ทราบว่าคุณรู้จักเครื่องทำความร้อนในแบบฉบับของญี่ปุ่นที่เรียกว่า “โคดัทซึ” หรือเปล่า การได้นั่งเหย้าเข้าไปได้โต๊ะที่ติดเครื่องทำความอุ่นคลุมด้วยผ้าห่มหนา (“โคดัทซึบุตง”) จะทำให้รู้สึกอบอุ่น การได้นั่งพร้อมนั่งพร้อมหน้ากันรอบโคดัทซึถือว่าเป็นความรื่นเริงอย่างหนึ่งในฤดูหนาวของญี่ปุ่นก็ว่าได้ หากแต่ต้องระวังความอุ่นที่ทำให้รู้สึกสบายที่วันนี้ด้วย เพราะความอบอุ่นดังกล่าวจะทำให้เราไม่อยากจะออกจากโคดัทซึบุตงแม้แต่ก้าวเดียว และยังเอา “ส้ม” ผลไม้ที่เป็นสัญลักษณ์ของฤดูหนาวใส่ในกระจาดวางบนโคดัทซึด้วยก็ยิ่งจะเอาแต่ปกคลุมทานทำให้ไม่อยากทำอะไรเลย สิ่งที่น่าทำให้เกิดคำว่า “โคดัทซึมิคัง” สภาพดังกล่าวจะเรียกว่าเป็นวัฒนธรรมความเป็นอยู่ในฤดูหนาวของญี่ปุ่นก็ว่าได้

“มิคัง” เป็นชื่อเรียกทั่วไปของผลไม้ประเภทส้ม มะนาว แต่โดยทั่วไปจะหมายถึง “อุซุมิคัง” ที่ปอกเปลือกได้ง่าย ไม่มีเมล็ด รับประทานง่าย สมัยก่อนไม่ว่าบ้านไหนก็จะส้มเป็นลังกระดาช เอาไว้รับประทานระหว่างวันในฤดูหนาว แต่ในระยะหลังมีผลไม้หลากหลายชนิด ทำให้การปลูกส้มมีแนวโน้มที่จะลดน้อยลง

การใช้ชีวิตในช่วงฤดูหนาวที่ญี่ปุ่นของทุกท่านไม่ทราบว่ามีโคดัทซึกับส้มหรือไม่ ถ้าหากมีสักก็ การพักผ่อนในช่วงปีใหม่แบบ “โคดัทซึมิคัง” ก็อาจเป็นสิ่งที่ดีไม่น้อยเลยทีเดียว อีกทั้งหากมีส้มมาก รู้สึกเริ่มเบื่อแล้วก็ลองทำเป็นเจลลี่ดู เจลลี่ส้มที่รับประทานในห้องที่อบอุ่นก็ให้รสชาติอร่อยไปอีกแบบหนึ่ง

「こたつ」という日本独特の暖房器具をご存知ですか。暖房具付きの座卓のことで、これを厚い掛布（「こたつぶとん」）で覆い、中に足を入れて暖まります。こたつを囲んでの団欒は日本の冬の楽しみとも言えますが、この心地よい暖かさには注意が必要です。何故ならこたつぶとんから一歩も出たくなくなってしまうからです。まして、冬を代表する果物「みかん」がごに盛られてこたつの上に置かれていたら、みかんをいくつも剥いては食べ、つついふ不精になってしまいます。「こたつみかん」という言葉もあるほど、こんな状態もまた日本の冬の風物詩と言えるのですが。

日本語の「みかん」は柑橘類の総称でもありますが、普通は簡単に皮が剥けて種も無く食べ易い「ウンシュウミカン」のことを指します。以前は段ボール箱一杯のみかんがどこの家にもあって、それを冬の間毎日のように食べたものでしたが、最近では食卓に上る果物の種類も多様化し、みかんの生産も減少傾向だそうです。

さて皆さんの日本での冬の暮らしにこたつやみかんはありますか？ もしあれば、お正月ぐらいノンビリ「こたつみかん」で過ごすのもいいかもしれません。また、もしみかんがたくさんあって少々食べ飽きた場合はゼリーにしてみました。暖かい部屋で食べるひんやりしたみかんゼリーもまたいいものです。

[ส่วนประกอบ(สำหรับ 4 ท่าน)]

ส้ม...8 ผล เจลาตินผง หรือคั้นเต็งผง...4 กรัม

น้ำตาล...50 กรัม น้ำ...100 มล.

[วิธีทำ]

1. ปอกผิวส้ม หากจะเอาเปลือกส้มมาทำเป็นภาชนะใส่เจลลี่ก็ตัดส่วนบนออก แล้วคว้านเอาเนื้อข้างในออกมา
2. นำส้มที่ปอกผิวออกแล้วในข้อ 1 มาคั้น หรือใช้มิกเซอร์ปั่น กรองเอากากออก ให้ได้น้ำส้มประมาณ 300 มล. หากน้ำส้มไม่พอก็เติมน้ำหรือน้ำส้มกลั่นลงไป
3. ใส่น้ำลงในหม้อ เติมผงเจลาติน(หรือผงคั้นเต็ง)และน้ำตาลลงไปคนให้เข้ากัน แล้วนำไปตั้งไฟ พองผงเจลาตินละลาย ก็เท 2 ลงไปผสมให้เข้ากันแล้วปิดไฟ
4. พอ 3 เย็นลงเล็กน้อยก็เทใส่ถ้วย หรือผิวส้มที่เตรียมไว้เป็นภาชนะใส่ นำแช่ในตู้เย็น พอแข็งก็รับประทานได้

[材料 (4人分)]

みかん...8個程 粉ゼラチン、または粉寒天...4g
砂糖...50g 水...100ml

[作り方]

1. みかんの皮を剥く。後で皮を器にする場合は上部を切り取り、中身をくり抜く。
2. 1で剥いたみかんは絞るか、あればミキサーをかけてから濾して、みかんジュースを300ml程作る。ジュースが足りない場合は水かオレンジジュースを足す。
3. 鍋に水を入れ、粉ゼラチン(または粉寒天)と砂糖を入れよくかき混ぜてから火に掛ける。ゼラチンと砂糖が溶けたら2を入れて混ぜ合わせ、火を止める。
4. 3が少し冷めたらカップや1で剥いた皮の器に注ぎ、冷蔵庫で冷やして固まればできあがり。