

中華式生春巻 普及への思い

この中華式生春巻は一種の「閩南料理」で、発祥の地は中国・福建省の廈門と聞いています。昔から現在まで、神戸やその付近の中華レストランには、生春巻のメニューが見当たりません。しかし台湾全島においては、春巻の皮は年中売られています。廈門語で「潤餅」と言い、4月の清明節（先祖の墓を清掃する日）には、特にこの春巻を食べる風習があります。

私が幼少の頃、両親に連れられて、同じ貿易会社を営む親戚の家で、年に1度はご馳走になった貴重な料理です。春巻の中身の具は、その家のコックが考案に考案を重ねた究極の味なのです。私は結婚を機に同様の作り方でその味を維持し、毎年春になると数多くの親戚、友人、そして海外の要人夫妻などにもふるまい、その度に好評を博しました。50年余り経った現在は、日本の新しい友人方にも召し上がって頂いています。

「珍しい料理を試食して頂くから」とお誘いして、賞味された方々は「本当に珍しく美味しい料理」と、大変喜んで下さいます。しかし残念な事に、特に若い方は、この様に手間のかかる料理は敬遠されるため、習得出来る人が多くありません。実を言えば、神戸在住の他省の華僑でさえも、この料理を殆ど知らない様です。という訳で、何処の国の人であろうと誰にでも喜んで生春巻の作り方を伝授致します。私が元気な内に、多くの後継者が現れることを切望しています。

この春巻の食材は、日本でも簡単に手に入れられる物ばかりです。余談ですが、台湾では生春巻の中身はキャベツが主体で、しかも煮込まずに炒めるだけの簡単なもので、具材の種類も比較的少ないものです。台北の親戚等は私のレシピを持ち帰り、料理好きな主婦達に伝授しているそうです。

なお、最近、皮と中の具の作り方を簡略化したレシピも考案しました。この方法で作れば、更に皆様の家庭において、料理の一品として容易に取り入れられるのではないのでしょうか。

総じて言えば、春巻を包む皮さえ調達できれば、各々好みの具を作り、各自が好きな具を巻いて食べる「春巻パーティー」を各家庭で楽しめます。今までにない、珍しい中華料理を味わって頂き、食文化を通じて日中友好の懸け橋の一端を担えれば、この上ない幸せです。



林王 昭基

中華式生春巻(約4~5人前)

材料

煮込みの材料

- ▼固豆腐(豆干) 3丁
(重石で押して、半分の厚みに固めた豆腐を約2mmの千切りにする)
- ▼タケノコ水煮 約 800g(約2mmの千切りにする)
- ▼ニンジン 中1本(千切りにしておく)
- ▼豚バラスライス 300g(約3mmの千切りにする)
- ▼白ネギ 白い部分のみじん切り 大さじ2杯分
- ▼川津エビ 400g(新鮮なもの)



その他の材料

- ▼もやし 2袋
- ▼ニラ 1束
- ▼きぬさや 200g
- ▼たくあん(漬物) 10cm(5mm程度のみじん切りにする)
- ▼卵 3個(溶き卵にしておく)
- ▼セロリ 適量(みじん切り)
- ▼香草 適量
- ▼青海苔 100g
- ▼ピーナツ砂糖 適量
(砕いて顆粒状にしたピーナツに1/3の量のグラニュー糖を合わせたもの)
- ▼ニンニク味噌 適量
(八丁味噌、信州味噌それぞれ大さじ5杯、砂糖大さじ3杯、すりおろしたニンニク2かけを混ぜたもの・密封容器で約1カ月保存できる)
- ▼洋からし(市販のもの) 適量

皮の材料(約40枚)

- ▼強力粉 400g
- ▼水(冷水か氷水) 380cc
- ▼塩 小さじ1杯

主な具材「煮込み」の作り方

<煮込み前の下準備>

- 豆腐の干切りは、サラダ油大さじ1/2で炒め、少量の塩で味付けする。形崩れしないよう、あまり混ぜ合わせず、少し茶色がかかるまで炒め、大皿に広げて冷ます。

※レシピの分量であれば、2回に分けて炒める。

- タケノコは、サラダ油大さじ1杯で弱火で炒め、醤油、塩少々で味付けしたあと、中火にして、少し茶色がかかるまで炒め、大皿に広げて冷ます。

※レシピの分量であれば、2回に分けて炒める。



- サラダ油少々で白ネギのみじん切りを色づくまで炒め、醤油小さじ1杯を加える。さらに豚バラスライスを加え、火が通るまで炒める。

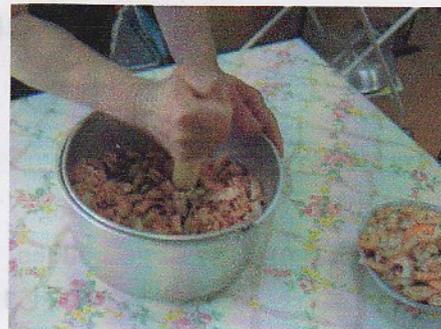
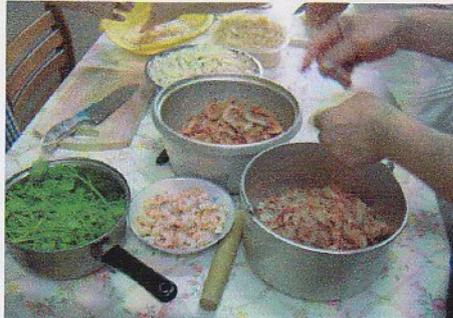


- 川津エビは、よく洗って、ひたひたの水量でさっと茹で一煮立ちさせる。茹で汁はあとで使用するので、捨てずに別容器に保存する。

・エビは冷ましたあと殻を剥き、大きい物(6cm~)は横半分に切る。

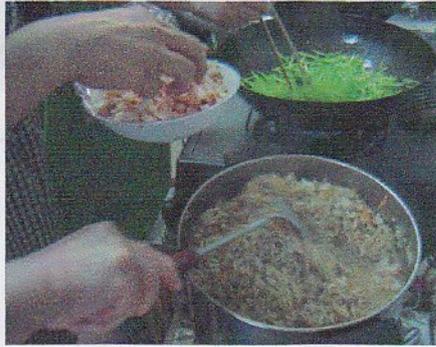
・剥いたエビの殻からだしを取るため、擂り粉木のような物で叩く。その後、水を加えて沸騰させ、網で漉してだし汁を取る。

・エビの茹で汁と、だし汁は他の具材と煮込む際に使用する。

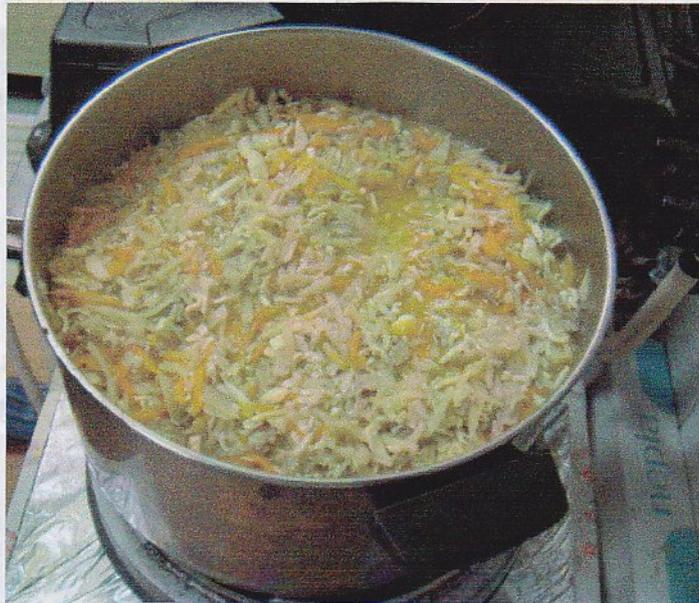


<煮込みの手順>

- 大鍋に炒めた豚肉とタケノコを入れ、エビの茹で汁、だし汁を入れる。
- 具材が隠れるまで水を足し、中火以下で沸騰させながら約 30 分煮込む。
- 豆腐を追加し、醤油、塩を少々入れ、薄味でさらに 30 分煮込む。
この時、水分が不足していれば追加する。



- 人参の千切りを加え、混ぜ合わせながらさらに 20 分煮込む。
- 最後に味の最終調整を行い、剥いたエビを追加し、混ぜ合わせながら更に 10 分煮込んで出来上がり。
- 粗熱をとり、上に浮いた油を取り除く。

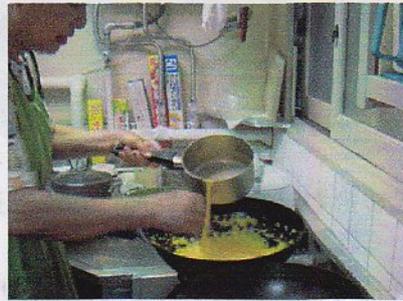


その他の具材の作り方

- もやしとニラは一緒に、きぬさやは単独で少量のサラダ油で炒め、塩で薄く味付けする。



- たくあんは、サラダ油大さじ1杯で約2分間炒めて水分をとばす。この後、溶き卵3個分を加え、炒り卵にする(味付け不要)



- 青海苔は、大さじ1杯のサラダ油で約30秒、混ぜながら炒める。

- ピーナツ砂糖は、ピーナツをフードプロセッサーや金槌で叩くなどして砕き、顆粒状にしたあと、ピーナツの量の1/3程度のグラニュー糖を加え、混ぜ合わせる。



- ニンニク味噌は、八丁味噌・信州味噌それぞれ大さじ5杯、すりおろしたニンニク2かけ、砂糖大さじ3杯を混ぜ合わせて作る。(容器密閉に入れれば冷蔵庫で約1カ月保存できる)

- 洋からしは、市販のものをそのまま使用する。

- セロリのみじん切りと、香草は生のまま使用する。それぞれ、別皿に盛りつけておく。



皮の作り方

- 大きなボールに強力粉、水、塩を少しずつ入れながら練り、水約 300cc 分を注ぐまでは手で練り上げる(約 20 分間)
- これを小分け(3~4)にして、残りの水 80cc を加えながら強く叩きつけて混ぜ合わせる。電動式のパン練り器や粉練り器で練れば、8~10 分位で練り上がる。
※ただし、室温を 21℃以下の場所で作らないと練りにくい。



- 弱火でフライパンを温めながら、練り上げた生地を手を持ち、直接フライパンに擦り付けるようにして薄い皮を作る。布巾で皿を拭くイメージで力を入れずに手早く行う。(火傷に注意)



- 皮の色が変わったら、大皿に取り上げる。
- 10 枚程度重ねたら、空気に触れないように軽くラップをかける。(乾燥すると破れ易い)
※粘り気の弱くなった生地は、ラップをかぶせて冷凍庫に入れ、約 15 分位置けば、粘りがある程度戻る。翌日まで冷蔵庫で冷やせば粘りが戻り、夏場でも冷蔵庫で 2 日間は保存できる。冷凍保存も可能。

巻き方

①ニンニク味噌

②洋からし

③青のり

④ピーナツ砂糖

⑤セロリ

⑥炒り玉子

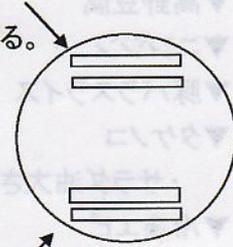
⑦きぬさや

⑧もやし・ニラ

⑨具

⑩香菜

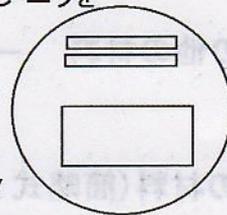
①ニンニク味噌と②洋からしを塗る。



③青のりと④ピーナツ砂糖を乗せる。

⑤セロリ(茶さじ1杯)と⑥炒り玉子(茶さじ2杯)を、その上に均等に乗せる。

その上に、⑦きぬさやと⑧もやし・ニラを均等に乗せる。



更に、①～⑧までに乗せた量と同等の煮込みの⑨具を、幅4～5cm、厚み3～4cm程度積み重ねる。

最後に、⑩香菜を散らす。

乗せ終わったら、半円近くになるように具を中心にして、一気に折り込み、そして左右を中央に向けて折り、後は巻き寿司の様に巻いてゆく。

