

10. なすのオランダ煮

なすのうまさをつるりと味わう、夏のおかずの定番

オランダ煮とは長崎に伝えられた西洋の調理法といわれ、金沢ではなすを揚げたり炒めたりした後、甘辛い汁で煮た「なすのオランダ煮」が一般的。その名の由来ははっきりしていないが、なすの身が締まり、一年で最も味がよい夏から中秋によく食卓に上る。

なすを一度茹でこぼしてから煮ることもあるなど、調理法はさまざま。味付けに唐辛子を入れたりショウガを薬味として添えたりすることも。「ナスを丸ごと使う」、「煮付けたあと冷やしてから食べる」というのは共通だ。

その味は、なすにしみこんだ甘辛さとかすかなえぐみ、皮と身の異なる食感が特徴で、素朴で飽きない家庭料理として重宝される。薄切りショウガや唐辛子を入れたり、仕上げの際にごま油をたらしたりするなど各家庭の味がある。

食欲もおとろえがちな暑い時期には、冷たくすべすべとした口あたりが好まれ、鉄鍋で煮ると出来上がりがつやつやと黒光りしてより食欲を誘う。糠味噌漬けにしてから醤油で丸煮した「つけオランダ煮」という料理もあり、糠の香りが特徴的だ。

また、煮崩れさせず、はちきれそうに締まったなすの持ち味を活かすには、なすの種類の中でも赤なすや米なす、加賀野菜の一つ・ヘタ紫なすなどが適している。



ヘタ紫なすを使ったオランダ煮

メモ 金沢市農産物ブランド協会のホームページ (<http://www.kanazawa-kagayasai.com/>) で紹介されている「なすのオランダ煮」の調理法は「なすを茹でてから煮る」としている。また、市内の居酒屋で、なすのオランダ煮を出している店もある。

問い合わせ先 市内料亭・割烹・居酒屋など