

第二百五十一 食育論

生活問題の人生に大切なるは今更の事にあらざれども世人は兎角迂濶に流れて人生の大本を忘るゝ事多し、小山も深く感激しけむ「お登和さん、私は學校に居た時分から外の人よりも餘計に色々な智識を蓄へる事が好きで、歴史上の智識でも文學上の智識でも科學上の智識でも何でも頭へ詰め込む方でしたが今になつて見るとまだ／＼實用の智識は一向蓄へて無い事を悟ります、是れも一つは我邦の教育法が間違つて居るから何事も實際に迂濶な人物計り出来るのです子、是れからの子弟を教育するものは餘程其の點に注意しなければなりません」お登和嬢「左様で御座いますとも、私なんぞが女の癖に教育の事を彼是申しては生意氣に亘りませうが平生兄は斯う申して居ります、今の世は頻りに體育論と智育論との争そひがあるけれどもそれは程と加減に依るので、智育と體育と徳育の三つは蛋白質と脂肪と澱粉の様に程や加減を測つて配合しなければならん、然し先づ智育よりも體育よりも一番大切な食育の事を研究しないのは迂濶の至りだ、動物を飼つて見ると何より先に食育の大切な事が解る、鶏を飼つても食物が悪るければ卵子を澤山産まない、牛を飼つても食物が悪るければ牛乳の質が粗惡になる、馬を飼つても豚を飼つても食物の良否でその體質が變化する、人間もその通りで體格を善くし度ければ筋骨を養ふ様な食物を與へなければならず、腦髓を發達させ度ければ腦の營養分となるべき食物を與へなければならん、體育の根源も食物にあるし、智育の根源も食物にある、して見ると體育よりも智育よりも食育が大切ではないかとよく爾う申します、ちつと風變りな議論かも知れませんが驚を飼つて好い声を出させやうとすると大層食物を吟味して營養の多い消化の速い様な摺餌を與へます、人も其の通りで、善い智恵を出させやうとするにはそれだけの食物を與へなければなりません、野菜を作つても肥料が大切です、人も不衛生的な粗惡な食物計り食べて居ては身體も精神も共に發達しますまいから誰でも是れからは食育と云ふ事に注意し

なければなりません、赤兒を牛乳で育てる人は少し胃腸が悪くなると、オヤノ、此子が下痢するよ、屹度牛乳屋で青草計り牛に食べさせるからだらう、牛乳屋に小言を云つて遣らうなんぞと其時分だけ食物の影響を知つて居ますが少し大きくなると大人同様の食物を與へて平氣で居ます、發達を過ぎた大人と發達盛りの小兒とは餘程食物の配合を變へなければなりません、大人になつても毎日食物の影響を受けて居ます、腦髓が發達して上等の人種になる程食物の影響を鋭敏に受けます、丁度犬は腐つた肉を食べても平氣ですが人はそれを食べると胃腸を害する様なもので、高等の動物になる程食物の影響に感じ易いのです、同じ人でも白癩と狂人は何を食べても滅多に中りません、それは神經を使はないから胃腸が無神經同様になつて下等動物に近いのです、爾う思ふと何を食べても決して中らぬなんぞと自慢するのはんあまり自慢にもなりません」と今の世には未だ斯る自慢もありと見ゆ、

第二百五十三 玉子廻し

長き談話に時間は多く過ぎけれども中川は未だ廣海家より歸り來らず、客の小山も退屈しけむ「お登和さん、中川君は大層お手間が取れます子、子爵がお不在でせうか」お登和嬢「左様です子、モー歸りさうなものです」が近日廣海さんのお家で食物研究會をお開きになる筈ですからその御相談が始まつたかも知れませんが、貴客こそ御退屈でせう、失禮ですけども私が只今珈琲を煎じて別に珈琲ケーキを拵へますから少々お待ち下さいまし」と立つて臺所に入らんとす、小山も親しき仲とて遠慮せず「それは御馳走さま、此に待つて居るよりはお臺所へ参つて貴嬢がお菓子をお拵へなさる處を拜見致し度いものです」と自分も臺所へ尾いて行く、お登和嬢は下女を相手に菓子を焼くべき用意に取かれり、小山も今は迂濶に見物せず「お登和さん、西洋菓子は珈琲を出す時に添へると紅茶やチョコレートを出す時に添へると種類が違ひますか」お登和嬢「ハイ違ひます、珈琲は濃厚なものですから淡泊なお菓子を出しますし、紅茶は淡泊なものですから重い様な菓子を出します、同じカステラの様なものでも珈琲にはバターの入らないのを出しますし、紅茶にはバター入りのケーキを出します、私が只今拵

らへますのはカヘーケーキと申して珈琲の時に出すお菓子でカステラの一層フハ／＼した様な極く軽いものです、失禮ですが順序を御覽下さい、先づ玉子を四つ割まして白身は別にして置いて四つの黄身へお砂糖の篩つたのを混ぜてツブ／＼の無い様に此通りよく／＼溶きます、別に篩の中へメリケン粉を大匙五杯にベーキングパウダー即ち焼粉を大匙一杯入て篩出します、粉五杯に焼粉一杯と云ふのは大層焼粉が多い分量で、外の菓子に此位焼粉の入るのは滅多にありません、此の篩つた粉を玉子の中へザット混ぜますが粉を入れてからあんまり攪き廻すとメリケン粉の子バリが出てお菓子が重くなりますから成るだけザット軽く混ぜます、そこで牛乳を大匙一杯加へて今の物を少し緩くして置いて今度は四つの白身を泡立て、入れます、小山さんは此の玉子泡立器をまだ御覽になりますまい、是れは新式で我邦に賣って居ません、極く手輕で極く速く泡が立ちます、御覽なさいまし無造作なものでせう、棒の先へ鋼鉄の線條を螺施の様に巻いて着けてある計りです、立て、あると螺施ですが手で下へ押付けると丁度渦巻の様な形ちになり手を離すとピンと伸び上つて元の通りになります、此の弾力が鋼鉄の貴い處で幾度押しても決して元の形が崩れませんが、それで泡立てるには深い鉢へ白身を入れて斯ふ風に棒の頭を持って手で押付けたり上げたり根氣よく幾度も同じ事をして居るのです、爾すると白身が螺施の間へ挟まつて伸たり縮んだりする時に揉まれますから大層速く泡立ちまして此方の手も疲れませんが、誰がなすつても決して疲れませんが、外の玉子廻しでカステラの原料を泡立てる時には十分も過ぎると泡が段々重くなるに従つて手が痛くなりますが、此の玉子廻しはトン／＼と叩く様にして居る計りですから少しも疲れませんが、モー此通りよく泡立つて参りました」と手も口も共に働く忙しさ、

第二百五十四 泡の立ち方

新式の玉子廻しを見て小山は頻りに感歎し「成程文明の器械は一年毎に進歩しますから人の手数が段々省けます子、西洋料理は手数がかゝると云ふのは文明の器械を使はないからで、日本料理の様に何處迄も天保時代の器械で押通して居たらそれこそ手数がかゝつて仕方があり

ません、私は車の付いた玉子廻しを大層便利だと思ひましたが此の器械は一層輕便です子、オヤノ、モ一悉皆固い泡になりました、雪の積つた箒の様に先へ澤山着いて来る程固くならなければ不可ません、カステラを拵へる時も泡立て方が足りないと言つて、テンピの中で一旦膨れても外へ出すと復た縮まります、固くなるほど泡立て、から焼いたのは外へ出して縮まります、小山さんはお家でカステラをお拵になりましたか「小山「ハイ折々拵へて見ます、最初は五六度失敗しましたが近頃追々上手になりました、然し何う云ふものですが貴嬢がお拵へなすつたカステラ程美味しく出来ません、大層よく膨れて上手に出来ても味が何處か此方のと違ひます」お登和嬢「焼粉を少し混ぜると誰にでも容易く出来ますが味は遠く玉子計りのに及びません、焼粉でもお入れになりますか」小山「イ、工焼粉は入れません、貴嬢の御傳授の通り玉子と砂糖をよくノ、泡立て、メリケン粉をホンの欺す様に軽く入れてテンピで焼きます」お登和嬢「それでは屹度泡が立ち過ぎるのでせう、暑い時は早く泡が立ち過ぎて大きく膨れますから味が惡う御座います、宅で差上げるのより屹度餘計に膨れて居りませう」小山「ハイ膨れ方は多い様です、それに中の鬆が此方のも多く出来す、今のお言葉で一言もありません、家内が玉子を泡立てるとき腕の痛くなるのに閉口して何とか工風は無いかと色々外の人に尋ねましたところ、遠火の上で泡立てると速く出来ると云ふ人がありましたから爾う致したのです、全く温い處で泡立てると三十分のは二十分で出来す子、つまり泡を大きく立たせ過ぎたのでせう」お登和嬢「それが不可ません、さも無くつてさへ夏は冬よりも泡が早く立ち過ぎて困りますから成るだけ涼しい處で丁寧に立てないと味が惡くなりますのに、氣を短くなすつては泡の質が緻密に出来ませんから味が大變に惡う御座います、最も極く寒い時は温い處へ持つて来て立てますけれども夏は餘つ程涼しい處で立てないと泡の質が粗雑に出来す、その代り涼しい處で氣長に丁寧に泡立て、拵へて御覽なさいまし、何とも云へない好い味に出来す」小山「爾うですか、矢つ張り手を抜くと碌な事はありません子、ところで今泡立てた白身は何うなさいますか」お登和嬢「御覽なさいまし、此の白身を少しづつ、黄身の方へ載せてメリケン粉をバラノ、と斯う云ふ風に振かけてそれから中へ混ぜ込みます、白身はにり

易いもので只混ぜると急に混ざりませんが、粉を少しバラ／＼と振かけると粉が双方の繋ぎになつて早く混ざります、白身もよく落付きます、然し白身を一度に入れては不可ません、少しづつ、幾度にも入れて混ぜまして、それからテンパン即ちブリキ皿へバターを一面に敷いて置いて今の物を明けてテンピの中で十五分焼き増す」小山「是れには紙を敷かないでも宜う御座いますか」お登和嬢「大層膨れて取り易いものですから紙を敷くに及びません」

第二百五十五 珈琲ケーキ

お登和嬢はテンピの中へ今の原料を入れんとせしがフト顧みて「小山さん、一つ火加減を御覽なさいまし、テンピの上の火は中央を明けて端の方へ此の通り散らして消えない様に端へ寄せ掛けて置きます、七輪の方は火を寡くして口を八分通り締めて置きます、中へ手を入れて御覽なさい、下の火が弱くつて上の火が強いでせう、此の火加減が大切です、此位手を入れて居られる位にして置いて、テンピの中が悉皆温まつて火力が平均した時分にテンパンを中へ入れて戸を締めます、火を載せた計りの處へ入れると中がまだ温まつて居ませんから不可ません、起りかけの炭を載せて上で消えたり或は急に起つたりして火力を變化させても不可ません、何でも火力が平均に保つて居る様な處へ入れないとよく出来ません」と一々委はしく説明しける内に十分間餘を過ぎて中より香ばしき匂ひの漏れける、お登和嬢テンピの戸を少し開きて中を覗き「小山さん、御覽なさい、幾ら平均に火を分けた積りでも炭に大小がありますから前の方がよく焼けて奥の方へ火が利きません、斯う云ふ時にはテンピの中へ風の入らない様にそうつと戸を開けてブリキ皿を引き出して前と奥とを入れて換へて冷い空気を入れないう様に復たそうつと戸を締めます」小山「オヤ／＼よく中の物がシュー／＼と縮まりません子、私どもでは出来上る迄一切戸を開けないと極めて置ます」お登和嬢「最初の内はそれが一番安全です、然し追々馴れて来ると外の冷い空気を入れない様にして戸を明けますから自由な事が出来ます、そうつと明けると申してもノ口／＼遅く開けるのでありません、手早くそうつと開けるのです、それも一つは原料の泡立て方

が足りないといふ位明けても直に縮まります、原料の泡が固い位に出来て居ると少し位明けても平氣です、最初の内は何と申しても、原料の泡立て方が足らず、テンピの取扱が手早く出来ませんから十五分のもは十五分、二十分のもは二十分と規則通りの時間まで戸を開けない方が確ですけれども段々御上達になつたら途中で色々な細工が出来ます」と語る内に今の菓子が出来上りければテンピより抜き出し「小山さん、大層大きく膨れましてせう、お家のカステラよりもまた三四倍大きくなりましたせう」小山「實によく膨れました子」お登和嬢「焼粉を入れないカステラでさへあの通り膨れる處へ焼粉が澤山入りましたから此の通り大きくなりました、口へ入れると軽くつて幾つ召上つてもお腹へ溜まりません、是れは珈琲に添へて出す菓子ですから珈琲ケーキと申します、丁度珈琲も出来ました、座敷へいらしつて一つ召上つて下さい」小山「私は此で戴きませう、その代りモ一つ何か見せて戴き度いものです、此珈琲ケーキなら焼粉が入りますから誰が拵へても出来損じはありません子」お登和嬢「上手下手はありませんけれども誰にでも出来ない事はありません、中の鬆に大小の孔が出来たり重い味になるのは下手なのですが上手に出来ると鬆が大きいなりに平均して居ます」小山「今度はお茶の時出すお菓子を拵へて戴き度いものですな、珈琲に珈琲ケーキがあるからお茶に茶ケーキがありますか」お登和嬢「ハイ、ティーケーキと云ふのがあります、その手輕なのは先刻お教へ申したカツプケーキの中へお米の粉をメリケン粉の半分入れて拵へたのです、本式のはパン種のイーストが無いと出来ませんから面倒です」

第二百五十六 お茶菓子

我邦にては一口にお茶菓子と言へど西洋にては茶に添ゆる菓子と珈琲に添ゆる菓子と其品質に區別あるは衛生上より配合を定めしなり、お登和嬢は勞を厭はず「お茶の時出しますのはティーケーキの外にバターケーキが味も美味くつて宜う御座います、火の序に一つ拵へてお目にかかせう、是れはカステラより少し重う御座いますけれども味はカステラより美味う御座います、その代りバターの上等を晒して使はな

ければ不可ません、匂ひのある様な悪いバターを使ふと味が悪くつて胸に持ちます、バターケーキの拵へ方は色々ありますが誰にでも容易く出来る法で致しませう、御覽なさいまし、先づ玉子五つの黄身計りを大きな兜鉢へ入れます、斯う云ふ原料を拵へるのは兜鉢が一番便利です、そこへ玉子一つに砂糖を大匙に軽く一杯の割ですから五つに五杯入れて木の杓子でツブ／＼の無い様によく煉ります、それからバターを大匙に三杯程入れて復たよく煉り合せます、今度はメリケン粉大匙十杯に焼粉大匙半杯ですから前のカヘーケーキよりも焼粉の分量が大層少いので、カヘーケーキは五分の一、是れは二十分の一位な割合です、つまりバターケーキには玉子一つにメリケン粉が大匙二杯、焼粉が大匙十分の一、バターが大匙に軽く半杯位と覺えて被在れば宜う御座います、此の粉と焼粉を篩つて例の通りザット黄身の方へ混ぜてそれから五つ振りの白身をよく／＼泡立て、バラ／＼と粉を振りかけながら幾度にも混ぜて行つて、テンパンへバターを敷て今の原料を明け、テンピの中で四十分間焼きます」小山「四十分間ですか、前の菓子よりは大層長くかゝります子」お登和嬢「何うしても重い菓子は長くかゝります、その代り斯う云ふ重い菓子は出来た時よりも一日置いて食べた方が味が出ます」小山「それがお茶に添へるお菓子です子、珈琲も夏は冷したのが結構ですがお茶も冷して飲む事が御座いますか」お登和嬢「ハイ暑い時にはお茶も冷して出します、それには生レモンを輪切りにして一片をコツプの底へ入れて其上から冷した紅茶を注いで出します、紅茶は砂糖と乳とを混ぜて冷しても宜し、砂糖計りを入れて冷しても宜う御座います」小山「色々の法があるものですか、此のバターケーキも早速家で拵へさせませう、西洋菓子と云ふと大層六か敷い様に聞えますがカステラの製法と火加減さへよく覚え込んで了へば外の手輕な菓子は造作もありません子、カステラを應用して拵へる菓子も澤山ありますか」お登和嬢「それは澤山あります、カステラさへ上手に出来れば美味しい物が幾らでも出来ます、先づ手輕なものから申しませうか、玉子三つに砂糖三杯を規則通りに固く泡立たせてメリケン粉を軽く三杯ザット混ぜて、普通の大きなテンパンへ紙を敷いてバターを塗つて今の原料を入れてテンピで二十五分焼くと肉の薄いカステラが出来ます、それをテンパンから俎板の上へ取出し裏返して置いて紙を剥がして、その剥がした方の裏へ苺のジャムでも何のジャ

ムでも少し湯で弛めて煉つて一面に塗つて、カステラの裂けない様に
そうつとグル／＼と巻いて行きます、巻き了つた時今の紙で巻き目を
よく押へて置くと太い棒になりますからそれを小口に切りますとカス
テラの渦巻の様なものが出来ます、是れはジャミロールと云つて中々
美味いお菓子です、太く拵へやうと思へばカステラを厚く焼いて横に
巻く所を堅に巻いても宜し、好き自由に出来ます」小山「成程譯はあ
りません子、其の次は」