

# Community Express

vol. 102 発行: 指定管理者  
(2022.6.1) シンコススポーツ株式会社

## ラッキー★多 クッキー♪ 目玉焼き～(▽`\*)

6月もブラック★ロック記者がお届けいたします。  
今回は、料理についてお話をさせていただきます。

お休みの日に朝食を作ろうと、卵をフライパンのうえに割ると・・・  
双子ちゃんの黄身に遭遇!! 感動して、思わず写真をパシャリ!!!  
そんでもって、この後に何かいいことがあるかと思いきや・・・  
特に何もなく。。。(苦笑)

でも、ほんの小さな喜びや発見をこの「コミセン通信」に投稿できて  
なんとなくうれしいです(^-)-☆  
(内心、ネタが生まれてくれてホッとしました)  
ちなみに味はというと。。。安定のうまさ! 焼いたパンに目玉焼き・  
ベーコン・チーズを乗せれば、もう最高に決まっています。

そういえば、「目玉焼き」って料理は最初の方に習いますよね～  
私もおそらく幼少期に母のお手伝いとして卵料理から覚えた気がします。  
その後、小学生くらいになるとNHK教育テレビの「ひとりのできるもん」という  
料理番組がスタートし、包丁の持ち方から味付けの基本「さ・し・す・せ・そ」  
などなど、テレビやお手伝いを通じて料理に興味が増しました。

中学生くらいになると両親が共働きということもあり、徐々にレシピが増え、  
「料理をする→褒められる→喜び→また料理をする・・・」という循環が生まれていました。  
また、「味付けが母の味に近づいてきた」という父からの褒め言葉を頂いたことも  
料理を継続できたきっかけでしたね。 こうして家々の味が継承されるのですね。

だがしかし、いつまでたっても後片付けが面倒なのです。苦笑  
結婚をして、今も継続的に妻と料理を分担しておりますが、後片付けが面倒なのです。  
なので、今年の「コミセン通信 4月号」でも紹介したように、  
我が家では対戦ゲームで負けた方が皿洗いを行います。  
いまだに「ドクターマリオ」をやっている我が家ですよ～～wwwwwwww



## 味付けの基本「さ・し・す・せ・そ」とは??

料理の「さしすせそ」とは、日本の料理（とくに和食）に欠かせない調味料の頭文字で、  
味つけする順番を覚えるためのゴロ合わせです。

- 「さ」は砂糖
- 「し」は塩
- 「す」はお酢(す)
- 「せ」はしょうゆ(昔は「せうゆ」と書かれていた)
- 「そ」はみそのことです。

味つけの基本ルールを学べば、料理がもっとおいしく作れるようになりますよ。

