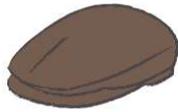


西爽亭

倉敷市旧柚木家住宅



倉敷市玉島にある西爽亭に行ってきました。今から約250年前に建てられ、松山藩主の板倉侯が玉島を巡回するときの藩主専用の宿所としたところですが、柱や梁などの部分は当時のものそのままだそうです。



ここを訪れたのは、私の友人が、この建物に併設された生涯学習施設で開催する朗読会と二胡の演奏会に参加するためでした。

朗読会と演奏会についてはここでは申し述べませんが、両方ともとても素敵だったことは、お伝えしておきます。(^^)

建物の話に戻しますと、一続きの部屋の裏と表に庭を配置して景色を創り出しているとともに風が気持ちよく吹き通る間取りになっています。

先月号でご紹介した、前川國男の自宅もやはり、同じように表と裏に庭を配置して、LDKの部屋に外の景色を取り入れていました。

また、今回の新築の建物も外の景色を取り入れるように設計をされています。

人が気持ちいいと感じる空間というのは、今も昔もそんなに変わってはいないんだなと改めて感じました。そんな家を目指して、これからも住まいづくりをしていきたいと思っています。(^^)/

今月のお勧めレシピ

<ゴーヤの豚バラ巻き>

森安 晴香

代表的な夏野菜の一つであるゴーヤは、独特の苦味があり苦手な人も多いかもしれません。

しかし、ゴーヤには、1本あたりトマト5個分に相当する豊富なビタミンCが含まれています。しかも、ゴーヤのビタミンCは、他の野菜に含まれているものと違って加熱しても壊れにくいのです。

また、ゴーヤにはビタミンEやミネラルも多く含まれており、疲労回復効果があり夏バテ防止にピッタリの野菜です。



<材料 2人分>

ゴーヤ	1本
豚バラ肉(薄切り)	6枚
粒マスタード	大さじ2
サラダ油	小さじ2
(※) たれ	
醤油	大さじ2
みりん	大さじ2
ケチャップ	大さじ1

<作り方>

1. ゴーヤは縦半分に切って種とワタを取り、長さを半分に切って細い棒状に切る。
さっとゆで、6等分にする。
2. 豚バラ肉に粒マスタードを塗り、1を巻く。
3. フライパンにサラダ油を温め、2を転がしながら焼き、取り出す。
4. 同じフライパンに※を入れ、中火で軽く煮詰める。
5. 3を食べやすく切って盛り付け、4をかける。

