

喫茶

モア

ようこそいらっしゃいませ、
喫茶モアへ。
今日は何にしましょうか？

喫茶モアは、昭和56年から平成21年までの28年間、名古屋市障害者スポーツセンターにあった喫茶店です。そこではいつも、コーヒーの香りと美味しいものとあたたかな笑顔が出迎えてくれました。
あの懐かしい味をもう一度。こっそり作り方をきいてきました。
そしてちょっとあったかい、いいお話も。

本日のランチ 第1回「イタリアン」

材料（2人分）

玉ねぎ 1/2個
ピーマン 小2個
ウィンナー 4本
しめじ 10本
スパゲッティ 160g
（乾麺、2mm太さ）
卵 2個
ケチャップ、オリーブオイル、
塩、こしょう、粉チーズ

下ごしらえをします

- 玉ねぎは皮をむいて半分に切り、5mm幅に切ります。
- ピーマンは半分に切って種をとり、5mm幅に切ります。
- ウィンナーは縦半分に切ります。
- しめじは1本ずつばらばらにします。
- 大きななべにお湯を沸かします。



スパゲッティを作ります



- お湯に塩を加え、スパゲッティを茹でます。茹で上がったなら、ざるに上げ、オリーブオイルをまぶしておきます。（茹でたお湯を残しておいてください！）
- フライパンにオリーブオイルを熱し、玉ねぎ、ウィンナー、きのこの順に炒め、塩、こしょう各少々をふって、味をつけます。



- ピーマンも入れ、弱めの中火で炒めます。しんなりしたらケチャップを大さじ2入れ、スパゲッティを茹でたお湯を大さじ3ほど加えて、さらに炒めます。



- いよいよスパゲッティ投入。おはしで、具と混ぜながら丁寧に炒めます。味をみて、ケチャップをさらに大さじ1～2足します。お好みの味になったら、火から下ろします。

鉄板で仕上げます



- 一人用の鉄板を温め、オリーブオイルを引きます。油をのばすときは、やけどにご注意ください。



- できあがったスパゲッティを半量ずつ、鉄板にうつします。ウィンナーなどの具を、バランスよくのせます。

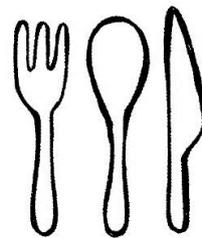


- まんなかを高く、こんもりと。卵を溶いて、味はつけずに、鉄板の空いた両端に流します。半熟になったら完成です。



召し上がれ！

- お好みで、粉チーズやタバスコをふって、熱々のところをいただきます。



喫茶モアのランチタイムは、いつも大忙し。ハンバーグや野菜の煮物が入った日替わり弁当がメインでした。モアのママが心をこめた手作りの味が人気だったのです。12時にお昼休みの鐘が鳴ると、にぎわうお店の入り口から、ちょっと遠慮がちに顔をのぞかせる人がいました。スポーツセンターの職員だったTさんの定番は「イタリアン」。ママは「運びますよ」と微笑みかけます。Tさんは職員室で熱々のスパゲッティに舌鼓をうっていたそうです。

あれから何年たったでしょう。今でも「イタリアン」を思い出すと相好をくずすTさん。そして、当時のTさんを思い出して「かわいらしかったわ」と笑う元ママのHさん。

シンプルで優しい味わいの「イタリアン」です。Hさんは、ご自分で作る際には、野菜多めにして豆板醤(!)なんかも入れてしまうとのこと。卵は味をつけずに、端から流し入れるのがコツだそうです。こびりつかないように、鉄板には多めに油を引きます。くれぐれもやけどにはご用心！

