

おきさちさんのコラム

ナチュラルクリーニング

〈今回使ったアイテム〉

- 重曹
- シャボン玉台所用せっけん液体タイプ



その11 「おいしいものを作るためなら……、やっぱり調理器具のお手入れはラクチンがいい!」

食欲の秋! おいしいものがたくさん。でも、調理や後片付けが面倒なものもあります。少しでも楽にしたいですね。

和食党に、この季節はずせないのが、秋刀魚の塩焼き。脂の乗った秋刀魚を焼いている時に、ぽたぽた落ちる脂……。グリルの掃除、面倒じゃないですか?あれ、ちょっとした工夫で楽になりますよ。

まず、下皿の水を張るタイプと、張らないタイプで分けてみましょう。水を張るタイプです

と、水と一緒に「重曹」を大さじ2杯くらい入れておきます。脂が落ちて、下に待ち受けている重曹水が油分を分解してくれるので、後で洗うときに、すると落ち、臭いも付きません。もし魚にちょっとくらいついてしまっても、気になりません。



水を入れずにお使い下さいと記載されているところに重曹を敷き詰めておきます。燃えない素材なので安心。

水を張らないタイプは、そのまま脂が落ちてしまうとこびりついて落とすのが大変です。最初に乾いた状態で「重曹」を薄く振りかけておくと、落ちた脂を吸着してくれて、後でその部分をつまんで捨てるだけできれいになります。全体が汚れてきたら重曹を捨てて洗うだけ(翌朝パンを焼く人はすぐに洗ってくださいね)。

グリルの網部分は、「シャボン玉台所用せっけん液体タイプ」に、「重曹」を混ぜて使うと、研磨作用と油汚れを中和する作用で、お互い単独で使うよりパワフルです。

秋になると煮物が楽しいですね。コトコト煮詰めていくもので、最初に煮汁があった部分に汚れがこびりついてしまうこ

と、ありませんか?私は豚の角煮が好きなのですが、脂以外に、砂糖、醤油なども含んでいる焦げ付きは、石けんやたわしでこすっただけでは落ちないことが多いです。こんな汚れは、調理後、汚れが隠れるく

らいに水を張り、「重曹」を大さじ2杯ほどと「シャボン玉台所用せっけん液体タイプ」を小さじ1杯ほど(中鍋の場合)入れて、もう一度火にかけるだけで、するりと落ちます。ちなみに調理中外側に吹きこぼれたら、重曹水(カップ1杯の水に小さじ2、3杯)をスプレーしておきます。



脂をぼろきれでざっと拭き取ってから、重曹と石けんを入れ、アクが付いているところまで水を張り、火にかけます。

調理器具はすぐきれいにしないと次の料理で汚れを固着させてしまうので、調理直後に(場合によっては調理中でも)きれいにすることで、ピカピカな状態を保てます。

ちなみに我が家、調理器具だけは異様にきれいなので「ホントに料理してる?」と、遊びに来た友達に聞かれます(笑)。食欲にまかせて、秋はつい作りすぎてしまうので、ご近所さんとおかず交換会も楽しいですね。



興 幸子(おきさち)さん

大学で天然物化学を専攻し、製薬メーカー、調剤薬局に薬剤師として勤務。安全で気持ちの良い生活法を提案する「ナチュラル家事」の講師として各地で講演中。薬剤師、社団法人アロマ環境協会認定アロマセラピーアドバイザー、ハウスキーピング協会認定整理収納アドバイザー

過去の掲載内容はホームページでご覧いただけます。

<http://www.shabon.com/column/>