

ずいそう

コロナ禍での単身赴任・食生活

渡部 純



2020年1月に新型コロナ(covid-19)の国内感染の報道により、今まで経験のない非常事態宣言による行動規制等の政策で不自由な生活を強いられまして、早3年が経過しようとしています。

何が変わった？私生活に於いて、衣食住の『食』があります。私の営業職としての日々の日課となっていた、懇親会・情報交換会・接待等々の会食が皆無になってしまった点であります。

当時、単身赴任生活を始めて13年目でしたが、コロナ禍に於いては学生時代のアルバイト経験が反映し、夕食を軸とした食生活の献立に役立ち、自炊による本当に美味しい食生活は『Simple is Best』に改めて辿り着きました。

1987年、学生時代のアルバイトとして郊外の焼肉店で夕刻シフトのホールスタッフとして採用されました。翌年バブル経済全盛時期に於いてシェフ引く手数多の現象は時代の流れによる当然の如く、当時既存シェフ2名が他店への人材流出にとして引き抜かれ、厨房はパートのおばさんのみ2名が残り、シェフの募集も空振りでおオーナーシェフによる厨房対応として日々が流れていきました。しかし、焼肉店3店舗経営及び不動産ビジネスに追われるオーナーシェフは疲弊感が蓄積し体調が優れなくなりました。

同時期に学生寮からアパート生活に切り替えた私のプライベートの時間帯は自由で、閉店まで働けるアルバイトスタッフよりは正社員的な姿にオーナーシェフの眼に映ったようで、断る理由もなく厨房のイロハをご教示頂きシェフとしての役割に変更となっていました(当時のオーナーシェフとしては『見つけ!!』的な人事で、プライベートでも可愛いがられた分、返し尽くす-「施されたら返し返す、恩返し」的にバブル景気と共に、社会勉強として自らが洗脳され、私のモチベーションも変貌していきました。景気は創造の気概とも、今の歳で痛感致しますが当時別格のワクワクする日々でした)。

焼肉店はランチ以降の仕込みが店の運営を左右して、私が働く時間帯の厨房に於いては仕込まれた肉をレシピ通りに揉み、銀食器に盛り付け供給。サイドメニューは、今では食せなくなってしまったユッケ・レ

バ刺しの捌きは難しかったですが、時と共に難なくレシピ通りに調理して、厨房スタッフとして認められ、以前の中年の雇われシェフよりもパートのおばさん方には若い学生の私の方が扱い安かったのでしょうか。故に、職場の雰囲気とは、コミュニケーションが最も重要なファクターと、この時代に学べる事が出来得ました。

シェフ & 賄い料理担当(主婦であるパートおばさんに習いながら…) & 閉店時までのスタッフなのでレジ縮 & 夜間金庫へ入金 & 時には店長代理? とにかく忙しかったですが、2.5年間は盆暮れなしに没頭し、社会での対顧客サービス業としての入口を習得したと思います。

又、親の仕送り+バイト代も社会人並み以上の収入で、郊外のバイト先だったのでマイカーも欲しかった私は当時35万円の中古/日産ブルーバードSSS-TURBOをプチ贅沢に所有出来ました。相まってプライベートの行動半径も拡がり学業が疎かになり、言わずもがな学業の単位はギリギリ取得で修了し辛うじて卒業が出来ました。

就職活動はお陰様でバブル景気により前職ゼネコンへ入社で、学生時代よりバイト経験から就業時間が短く感じ社会人生活へのストレスもなく調和に到りました。

現況、単身赴任生活の夕食自炊も昔取った杵柄で、賄い料理に授かった捌きが苦なく寧ろ楽しみとして今の私が有ります。賄い料理は3~4品の焼肉店レシピとは相違った脂っこくなく短時間で出来るものでしたので、現況の食生活には『Simple is Best』で重なり得るものがあります。

又、コロナ禍では免疫力のキーワードから、バカの一つ覚えでアブラナ科の野菜であるブロッコリースプラウトのサラダ・蒸しブロッコリー・蕪の一夜漬け等々や、大蒜・生姜の薬味を使った料理も盛り込んでおります。焼魚は現賃貸マンションのシステムキッチンリルでは美味しく焼けない為、昭和時代宛らのロースターを購入して満足。

『独り晩酌の流儀』を貫き通しております。

日々の私のプライベートは下記ルーティンに尽きます。

- ① 19:00 - 会社でのメール処理等を終え帰宅。
- ② 19:30 - 朝タイマーをセットしていくので即入浴。
- ③ 19:50 - バスローブ姿（決して、石原裕次郎さんのようにブランデーグラスが掌には無いのが残念です）で、狭いキッチンに立ちフライパンや鍋を使った煮炊きをして、作り置きの料理等々でタッパーを開封、数品のあて完成（写真-1）。
- ④ 20:10 - 脂や煮炊きの香りが付いたバスローブを洗濯機に入れ回し、パジャマに着替えて録画したTV番組を観ながら1時間位の晩酌&夕食を堪能する。その後夕食後片付け、洗濯物を干して、翌日のスーツを準備&ズボンプレッサー等々で恙なく時間が過ぎます。
- ⑤ 22:00 - 1時間前倒しになったTV東京/ワールド・ビジネス・サテライトに常々感謝しています。そのニュースをチェックして、トレンドたまごも現職責柄凝視して就寝となる毎日です。



写真-1

*比較的多かったレシピ

A 豚肩ロースの大蒜生姜焼き（写真-2）

- (1) 耐熱ガラス容器（温め直しにも万能です）に千切りキャベツを増し増しで準備。
- (2) フライパンに油をひき、豚肩ロースを200g位投入して焼く。
- (3) 砂糖大匙2杯、醤油大匙3杯、日本酒甘口2杯の順で味付け。
- (4) 大蒜1片、生姜1片同量を擦りおろしフライパンに入れ和えたら即完成。
- (5) 準備していた耐熱容器に盛り合わせる。



写真-2 豚肩ロースの大蒜生姜焼き

B 作り置きのメンマ（休日に調理、写真-3）

- (1) 業務用塩漬メンマを24時間掛けて水道水で塩抜き（途中塩抜きは数回に掛けて水交換）。
- (2) 深鍋にラードを引き、塩抜き終えたメンマを入れ軽く炒める。
- (3) 砂糖・醤油・日本酒辛口を同対比でメンマの1/30位を入れて、鶏だしの化学調味料で味を調べ約15分煮込み粗熱を取ったらタッパー保存完成。



写真-3 作り置きのメンマ

C 大葉の味噌炒め（胡瓜・人参等のスティックサラダのソース、写真-4）

- (1) 大葉10枚を千切りにする。
- (2) フライパンに油を引き、鷹の爪を1/2本刻み極短時間炒める。
- (3) 砂糖・味噌・日本酒甘口、各大匙1杯をボールで溶き馴染ませる。
- (4) (3)を入れて、最後に鰹節を一拳位入れて混ぜ合わせれば完成。

D アブラナ科の野菜の蒸し・サラダ&一夜漬け（バカの一つ覚え）



写真—4 胡瓜・人参等のスティックサラダのソース

結論?! 昔取った杵柄の賄い料理がレシピに反映されていたか? 疑問が最後に残りました。しかし、『The 単身赴任・食生活』の短時間・男めしの紹介で締めくくらせて頂きます。尚、残念ながらコロナ禍による自炊料理で痩せることは一切ありませんでした。

最後に、現在の職責での業務応用性の観点から言うと、バブル期のバイト中心の学生生活を振り返り、もっと英語を深く習得したり、もっとたくさんの本を読んでおくべきだったと後悔しております。因果応報に尽き、老眼での現在は些かハードルが高くなっております。

—わたなべ じゅん (株)カナモト 広域特需営業部—

