



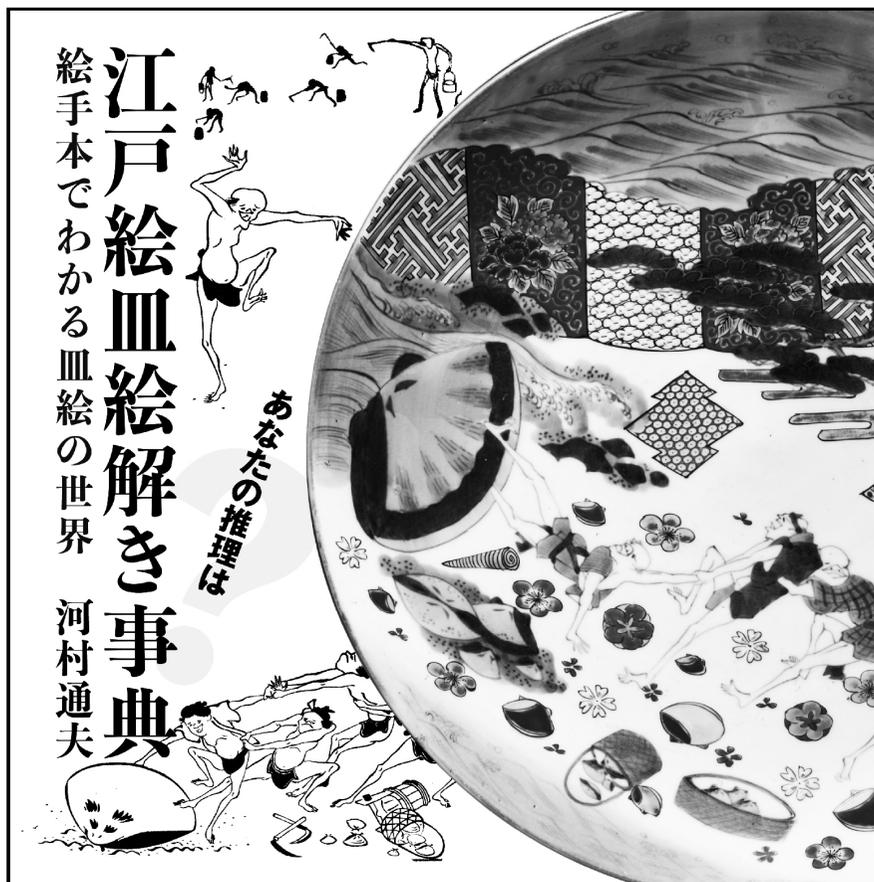
河村通夫の

つけものレシピ

2020年秋ベスト版

作・画 若杉佳子

11月18日発売



本邦初絵皿の謎解き本

江戸絵皿絵解き事典

絵手本でわかる皿絵の世界 河村通夫

あなたの推理は

講談社

STVラジオ「河村通夫の桃栗サンデー」日曜 午前10時～11時

発行/創芸の会 監修/河村通夫 協力/中村食品産業株式会社



バケツニシン漬

切り込み

大根、人参、生姜の皮はむかない

切りながら、バケツに入れて行く。(後で混ぜるから、どの順でも!)

● 身欠き鰯 10本



1~3日晩、米のとぎ汁につけ
ウロコを取り、1.5センチのブツ切り
とぎ汁に長くつけると取りやすい

● 大根 3本
(生のまま)

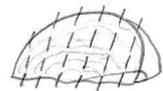
タテ4つ割りに

乱切り



● キャベツ 2個

4~8つ割りに
ザク切り



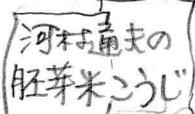
● 人参 5本  
タテ4つ割りにして、乱切り

● 生姜 1個



干切り

● こうじ



150g入り 2袋

● 輪切り唐辛子



お好み

(河村家では
5~10g)

バケツ

(15~20リットル)

漬物用ビニール袋

(一斗樽用)

少しずつ
混ぜながら
入れる

自然塩 (3%) を
計算する

バケツごと重さを量る



$$\left(\begin{array}{|l} \text{バケツ} \\ \text{ごとの} \\ \text{重さ} \end{array} - \begin{array}{|l} \text{バケツ} \\ \text{の重さ} \\ 600\text{g} \end{array} \right) \times 3\% = \text{自然塩の量}$$

赤穂の天塩

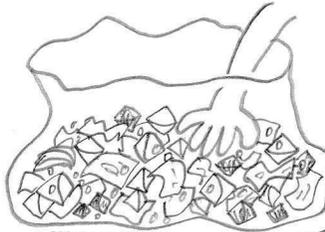
たとえば
バケツごとの重さが 8.6kg のとき、

$$(8.6\text{kg} - 600\text{g}) \times 3\% = 240\text{g}$$

8600g バケツの重さ 0.03

自然塩を混ぜ
漬ける

ビニール袋ごと バケツから取り出し
計算した量の自然塩を混ぜる



重石

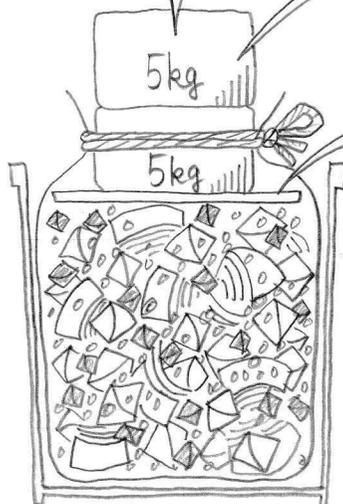
● すばさ予防に



を、入れておく

● すばさになったら、
「キムチの素」で
和えて、再生!

バケツに戻す



中身の重さの1~2倍
(バケツ漬けには5kg前後の
重石が2個あると便利)

押し蓋 (お皿でもO.K.)

水が上がったら重石を半分に
(上がった水は捨てる)

1週間から10日後が楽しみ

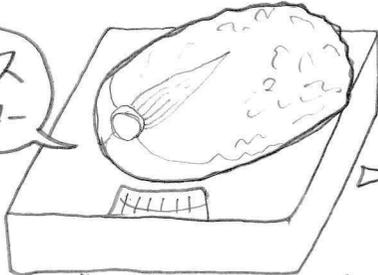


白菜漬け

下漬け

- 白菜 2~3個 (7kg前後)

ヘルスマーター



1個ずつ量って、合計する

根元から10cmぐらい
包丁で切り目



4~6等分に手でさく

- 自然塩(赤穂の天塩) = 白菜の合計の重さ × 3%

たとえば、白菜合計7kgの時、

$$7000g \times 3\% = 210g$$

(0.03)

※ 白菜の切り口を上にして、

自然塩を振りかけながら漬ける。

※ 白菜の方向を変えて重ねる。

※ はずした外葉があれば、一番上の蓋にする。

白菜が重ね終わったら、
呼び水を注ぐ

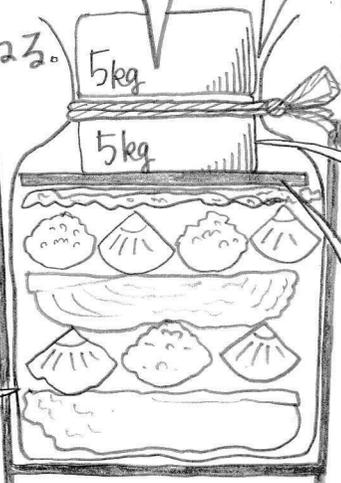


重石
白菜の重さの1~2倍

押し蓋
(お皿でもOK)

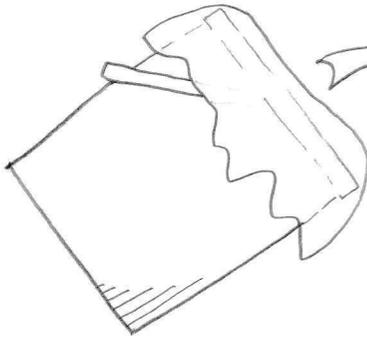
バケツ(15~20ℓ)

漬物用ビニール袋
(1斗樽用)

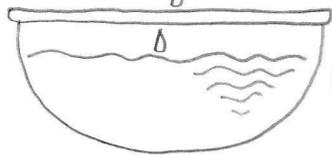
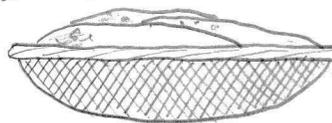


本漬け

水が上がったら、本漬け
(もちろん、下漬けだけでも、十分おいしい)



ザルで軽く水切り



お水を捨てない!
(あと少々戻します)

あっさり白菜漬けコース

薬味を振りかけながら、漬ける

- 昆布
- すめ
- 唐辛子
- ニンニク
- など

河村通夫マーク



を使うと便利!

白菜キムチ漬けコース



「河村さんちのキムチの素」を
葉の間にぬり込んで漬ける。
「すめ」「細切細布」を入れると味に深み

とっておいた水
少々戻し

押し蓋の上、1センチぐらいに
水が上がっているのがベスト

(白菜が空気にふれると味がおちる)



重石は半分に

外葉のフタ

5日ぐらいで味がなじんでおいしくなる♡

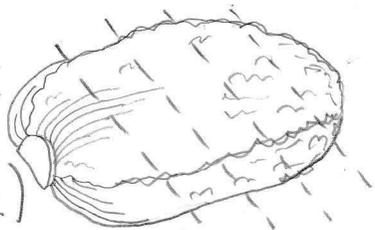


白菜キムチ

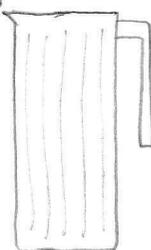
白菜

半株(約1kg)

3センチ幅のザク切り



水



1リットル

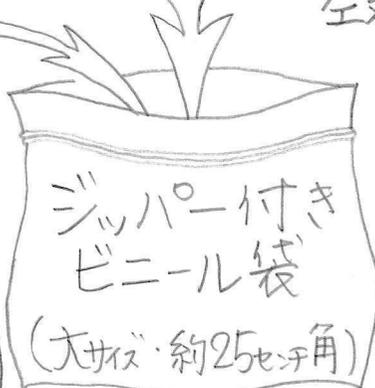
自然塩

白菜+水の

2~3%



袋ごと測って!



ジッパー付き
ビニール袋
(大サイズ・約25センチ角)

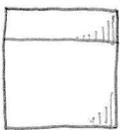
空気を抜いて
ジッパーを閉じる



冷蔵庫で 1~2日置く。

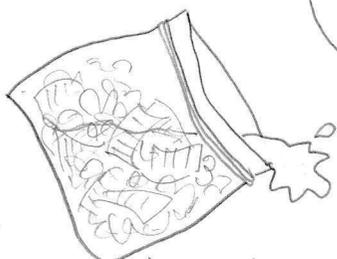
1~2日後

河村さんちの
キムチの素



細切昆布

糸するめ



水を捨て、



混ぜる

すぐ食べて良し。
日に日に更に美味!

(ここで「白菜漬の具」を混ぜれば、おいしい白菜漬に♡)

たくあん漬け

② 2斗樽分(40ℓ) ~ 大根30本前後 (葉つき 生で約40kg / 干し約25kg) ①

混ぜヌカ
(漬ける前に混ぜ合わせる)

- 米ヌカ(生のまま) 4kg
- 石臼米糖(粗製米糖) 1kg
- 自然塩(赤穂の天塩) 1~1.6kg (河村さんちは1.2kg)
- あらびき唐辛子 25~50g(お好み)
- 天然ウコン 60g

まず大根干し 物干し竿でも ベランダ手摺でも



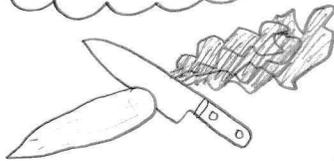
河村さんちは、大根2本をヒモで結んで干します。



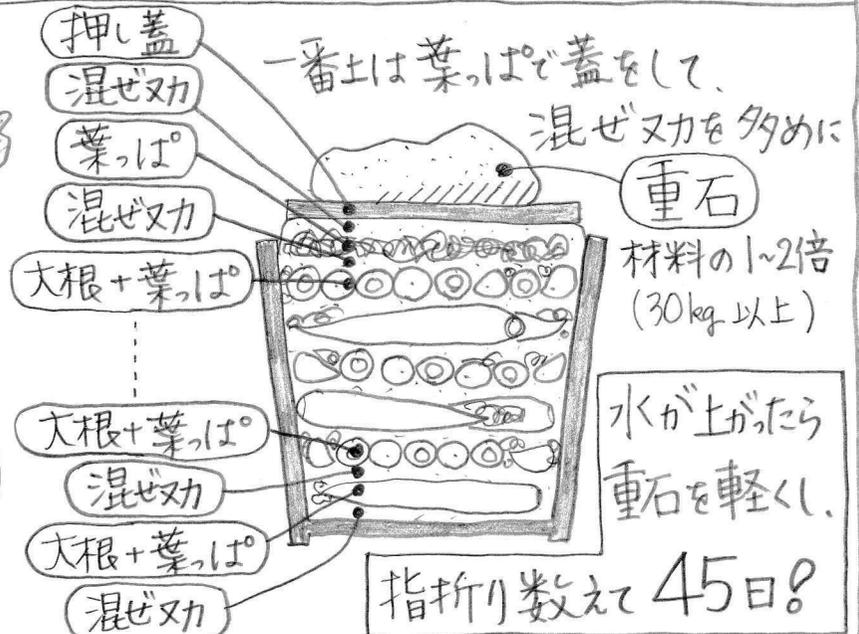
弓なりに曲がるようになるまで
7~12日間干す

大根が凍りそうなシバレ液には、毛布をかぶせてね

さあ漬けよう



葉っぱを切り離してね



大根玄米漬け

2斗樽分(40L) ~ 大根30本前後 (葉つき 生約40kg / 干約25kg)

混ぜ玄米 ●玄米 1升5合(2kg 250g) ●こうじ 1.8kg
●砂糖(粗製糖) 2kg ●あらびき唐辛子 50g

自然塩(赤穂の天塩) 1.3~1.5kg

大根干し 1週間~

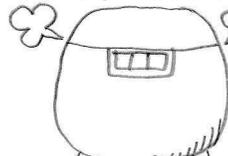


12日間

弓なりに
曲がるように
なるまで干す。

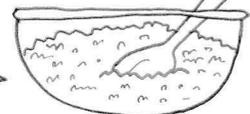
漬ける前に~混ぜ玄米づくり

玄米を炊く ●水1.2~1.3倍



●普通の炊飯器でOK!
(少々固くても大丈夫)

人肌以下に



冷ましてから、こうじ・砂糖・唐辛子を混ぜる

さあ、漬けよう



葉っぱを
切り離す

重石 材料の1~2倍(30kg以上)

押し蓋 お皿でもOK

番上は厚めに、

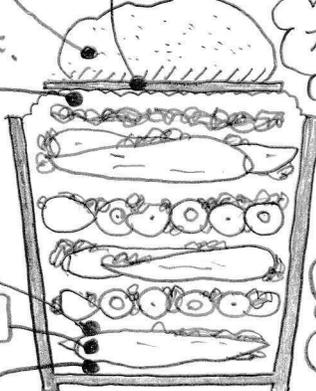
混ぜ玄米

くり返し

塩

大根、葉っぱ

混ぜ玄米



水が上がったら、
重石を軽くし、
45日!
玄の漬物、
出来上り

半分なら、バケツ(15~20L)や、
1斗樽でも漬けられる。

大根15本前後 (葉つき 生約20kg / 干約12kg)

混ぜ玄米

●玄米7合(約1kg)
●こうじ 900g
●砂糖 1kg
●あらびき唐辛子 25g



自然塩(赤穂の天塩) 650~750g

ジッパー
袋で

千枚漬け

聖護院大根
または 大根



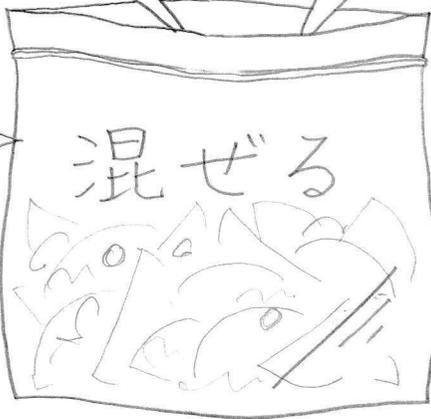
聖護院 大根 1kg に対して

- 細切り昆布 30g
- 自然塩 20~30g
- 酢 □コップ $\frac{1}{4}$ (50cc)
- みりん □コップ $\frac{1}{4}$ (50cc)
- 輪切り唐辛子 少々

ジッパー付き
ビニール袋

(大根 1kg なら
大サイズ 約 25セリ角)

混ぜる



空気を抜いて
ジッパーを閉じる



なんと 次の日から食べられる!

カクテキ (大根キムチ)

大根 1本 = 約1kg

2センチ位の
さいの目

自然塩
50g
(大根の重さの
5%)

まぶして 1~2時間放置!

大きめのボウルだと
味がなじみやすい

水気を切って

河村さんちの
キムチの素 (カースプーン3~5杯)

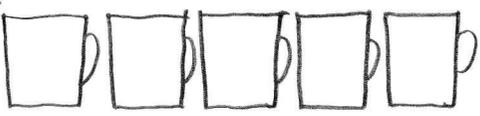
砂糖
(粗製糖)
カースプーン
3杯

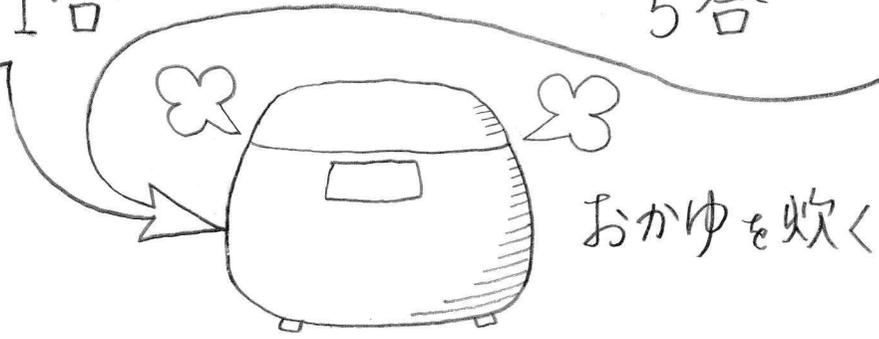
長ねぎ
半本ほど
小口切り

和えてすぐもよし、時間がたつと、これまたよし!

炊飯ジャーで 簡単

甘酒

お米  1合 水  5合



炊き上がったら、60°C以下に冷まし、

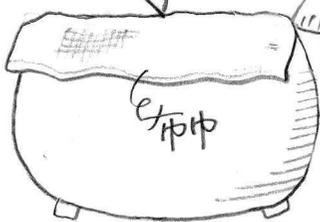
ジャーの蓋を開けたお

こうじ1袋



(150g程)

混ぜる



保温モードで

12時間ほど

「甘酒の素」
もと

の出来上り

(冷蔵・冷凍で保存)

お湯で2~3倍に
薄めて、どうぞ



お好みで
おろし生姜♡

甘酒で 作る べったら漬

大根

自然塩

大根の4%
(大根1kgなら
お塩40g)

Zipper袋
で
塩漬

ちよっと大ぶりの
一口大

もちろん
卓上漬物器もできる♡

翌日

水気をしっかり
切って、

重さを計る

「甘酒の素」
もと

塩漬大根の重さの1/3
(塩漬大根 750gなら
甘酒の素 250g)

混ぜる

冷蔵庫に入れ、
次の日から
食べられる!

こうじを入れると
抜群の美味しさ

イカ塩辛

胴・耳・ゲリ

自然塩
胴・耳・ゲリ
の重さの5%

塩辛杖に
切る

混ぜる

冷蔵庫で1晩

ザルに入れて
水切りしおから

ゴロ

自然塩
ゴロの重さの10%

まぶす

冷蔵庫で1晩

ゴロを
じき出す

擀

墨袋・擀

ていねいに
はがすこと

輪切唐辛子

イカパイに

つまみどらい

混ぜる

長持ちして、
日まいに美味の秘訣

こうじ

イカパイに
カレー Spoon 2杯

翌日から食べられ、日に日に美味しくなる♡

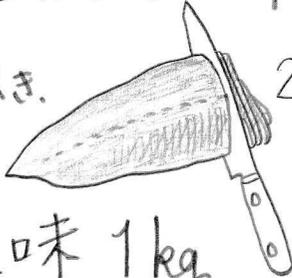
1. こうじを入れると、冷蔵庫で2か月は大丈夫

河村さんちのおすすめ～秋にこうじを買って冷凍保存。
すると、一年中「塩辛」「三升漬け」などに使えます。

鮭の切身み

塩鮭 3枚おろし 半身

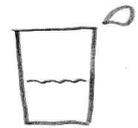
皮をはぎ、小骨を除き、



2~3ミリ厚に
切込む

正味 1kg

水



コップ半分
(約100cc)

鮭 1kg に対し

- こうじ 100g
- みりん  コップ半分 (約100cc)
- 酢  少々
- 輪切唐辛子  少々



Q 生鮭(1kg)なら、
水 コップ半分のかわりに、
自然塩 50gを足す。

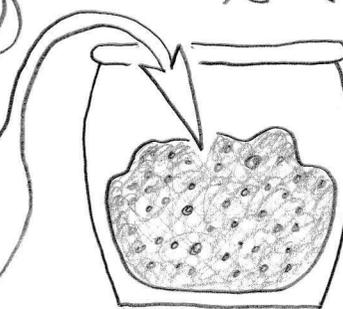
寒いところで 熟成
(5日に一度ほど)
混ぜる

10~20日後

仕上げに

- 酒  コップ半分 (約100cc)

混ぜて完成



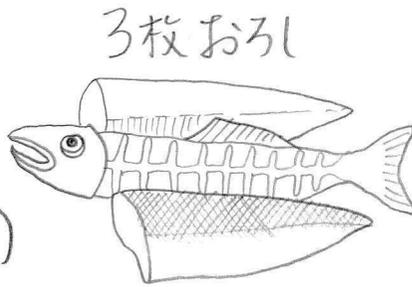
- Q 塩鮭切身(ざらに)なら、お手軽
-  3切れ (約200g)
- 水 20cc
- 酒 少々
- こうじ 20g
- 唐辛子 少々
- みりん 20cc

初心者には
赤身の
魚から...

鮭のいずし

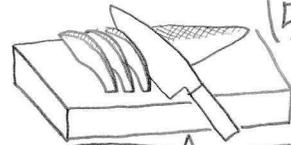
材料

新巻鮭
(2.5kg前後)
1本



(お魚屋さんでおろしてもらうと楽)

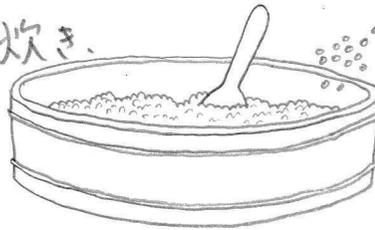
皮つきのそぎ切り (厚さ
5~7ミリ)



塩がうすく柔らかいものは
塩をすり込んで3日程
おくと、切り易くなる

ごはん
5合
+
こうじ
1袋 (150g程)

ごはんを
普通に炊き、



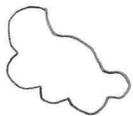
人肌に冷まして

こうじを混ぜる

(熱いとこうじ菌が
死んじゃう)

野菜

生姜 大1個



千切り

大根 2本 人参 5本

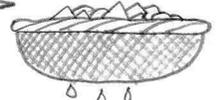


厚さ2ミリ
千切り



1時間程つけて、水切り

海水よりちよと
しょっぱい塩水

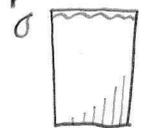


笹の葉 約40枚

(なければ
キャベツの葉4.5枚でも)

塩水に漬け、
シナリさせる

酢

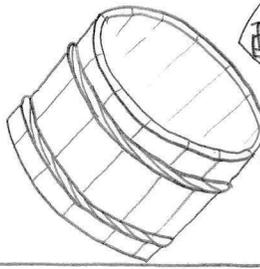


カップ
1杯ほど
(約200cc)

漬け込み

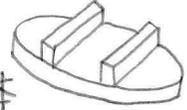
36cm 飯寿司桶が
ほど良い大きさ

まず 桶を
酢で洗う



酢
さらし、ガーゼ
などに含ませて
拭く

桶内側
と蓋全体



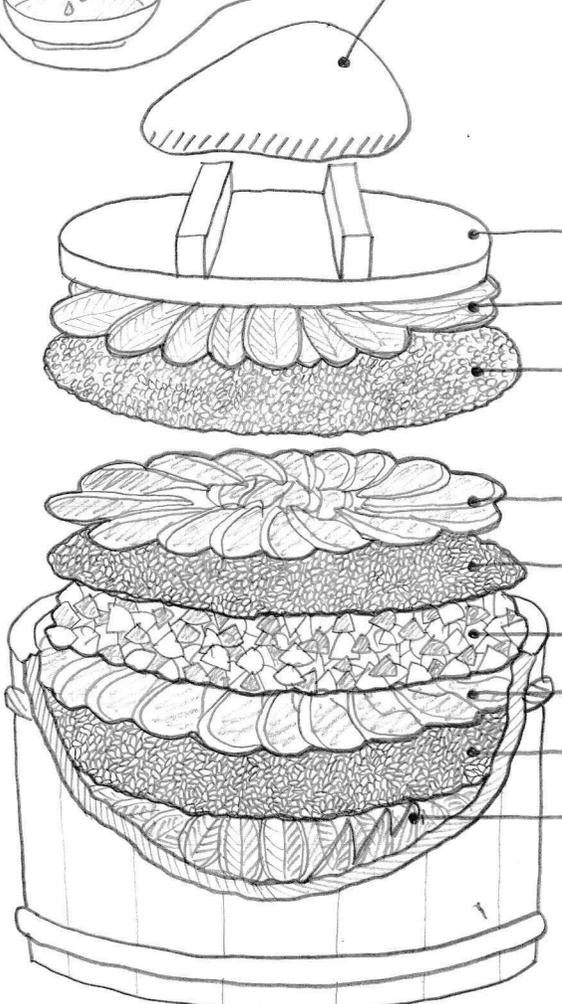
手を酢で
ぬらしながら

重石

- 漬けた日 なし
- 2~10日目 5kg ぐらい
(材料と同じ重さ)
- 10日目~ 20kg 以上
(材料の3倍以上)



ごはん+こうじは
酢を少々ふって
軽くおさえる



蓋
笹の葉
ごはん+こうじ
.....
鮭
ごはん+こうじ
野菜
鮭
ごはん+こうじ
笹の葉

5回ぐらい
くり返し

お好みで
輪切り唐辛子
を振って!

凍らないぐらいの低温で 30日後ぐらい〜
11月末ぐらいに漬けると、お正月はワクワク。
(食べ始めには、上った水を布巾で吸い取る。)

こうじ菌が十分
まわるまで
待ってね。

切干大根のキムチ

切干大根

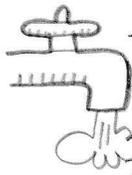


50g
1袋

使用前に太陽に

あてると

ウマミが増す!



ザザザと(手洗しながら)
軽く水洗い



(戻さなくてOK.)

食べ易い大きさに切る。



こら一束

2~3センチに
切る



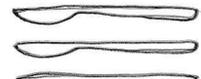
(生でもよし
ゆでもよし)

河村はちのキムチの素



カレー Spoon 3~5杯

ゴマ油



カレー Spoon 2~3杯

お好みで ちまみ ちまみ ちまみ ちまみ
もかえると風味アップ。

お食べも美味しく 2日目に白に白に味に深みが増す。

ナスが一晩で漬かっちゃう

鉄粉ぬか床

「ナスひと晩」



強力こうじ入り、赤穂の天塩使用

河村さんちの
鉄粉ぬか床

北海道産 米ぬか使用



お水を1ℓ入れるだけ。
ナスの色がきれいに出る鉄粉入り。
「赤穂の天塩」使用。

乾燥 胚芽米こうじ

乾燥こうじだから保存できる
にしん漬、こうじ漬、飯寿司に

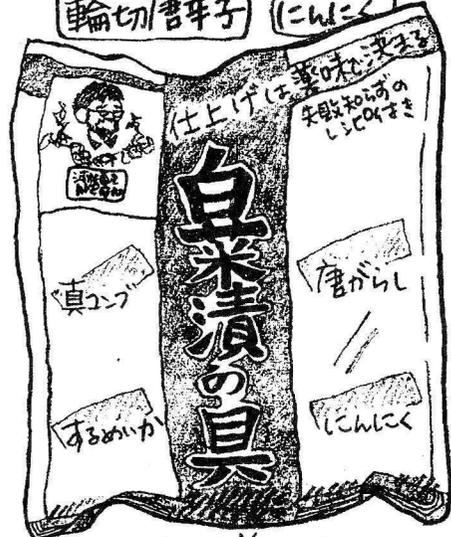


ぬるま湯で戻すと
発酵が早まります。

白菜漬の具

この1袋で薬味は決まり

糸細切り昆布 糸あずめ
輪切唐辛子 にんにく



1斗樽・バケツ用

河村さんのキムチの素

キムチ漬けに、キムチ鍋に
塩が入っていないから、使い方は無限

マイルド・中辛の
2タイプ



240g



500g

植物天然ウコン

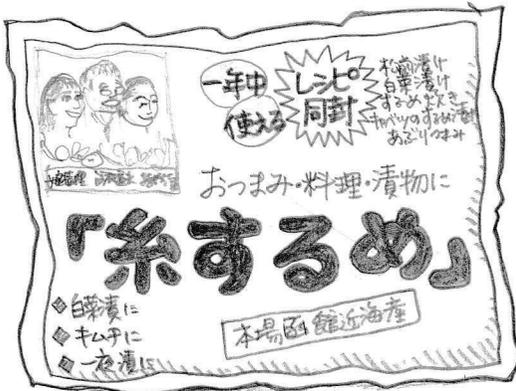
たくあんの色付けに
100%天然色素



2斗樽用

糸するめ

おつまみ・料理・漬物に
細切りはダシが広がる
一年中使えるレシビ°同封



細切り昆布

粘りが違う、ねこあし昆布
一年中作れる
お漬物レシビ°同封



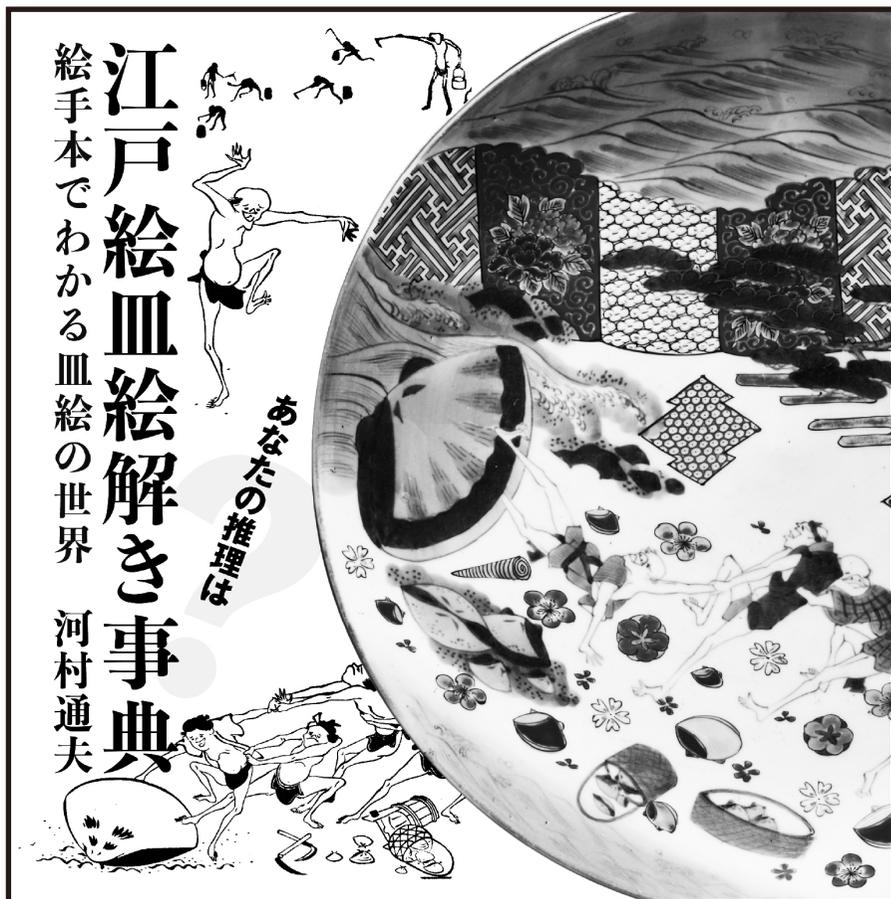
江戸の絵皿と絵手本を照合して解いた 日本初の絵解き謎解き本



2020年11月18日発売

定価 ¥1,800 (税別)

狩野派の絵師等が描いた一尺(直径約30センチ)程の絵皿。
その絵には、物事の謂れ、故事来歴、そして江戸の心が秘められていた。
膨大なコレクションの絵皿と絵手本から見えて来た、日本初のだぞ解き本。
あなたも推理にチャレンジ!



講談社

河村通夫

お子さんと
絵皿の謎解きも
ぜひ!

河村通夫の
桃栗サンデー

北海道 STVラジオ「河村通夫の桃栗サンデー」発!!
毎週日曜 午前10時~11時
全国どこでもラジオアプリ「radiko」でお楽しみ頂けます。

伊万里 志田焼 江戸後期



司馬温公の瓶割り

この絵は、司馬温公の瓶割りの図です。温公は、本名を司馬光と申され、中国北宋時代の政治家で、「資治通鑑」を編纂された学者でもありました。丁度、この頃の日本は、清少納言や紫式部がおられた、平安時代中期でございます。

当時、大きな水瓶は、大そう高価な貴重品でありました。その水瓶の中に、友の童が誤って落ち、溺れそうになったのを、司馬光は、とつさに側にあった石で瓶を打ち割り、助けられたのです。

いくら高価な物であっても、人の命に勝るものはない。その教えとして、古来画図に描かれて参りました。また、日光東照宮の陽明門勾欄など、各地で彫りものとして残されております。

さて、江戸時代の貞享五年（一六八八年）に出版された「絵本宝鑑」には、このような絵と故事が書かれておりました。

擊甕図

水甕の邊に僂群て遊びしに、いかがしたりけん

一人の僂 甕の中に陥けり

皆 幼なき者なれば、いかがせんぞと周章す。

一人は、親の方へ、告にはしる。

中に賢き児ありて、側なる石を

抱あげて、甕をうちわり

水を出ししかば、すなはち僂も出て

死をたすかりけり。

此 賢き児は、司馬温公の稚き時なり。

絵本宝鑑（貞享5年・1688年）



以下の12枚は出版社のご好意で

（「司馬温公の瓶割り」を含む）

立ち読みができますのでお楽しみ下さい

江戸絵皿絵解き事典 立ち読み で 検索



<https://etoki.kawamuramichio.com>



@michio_kawamura



michio_kawamura_



絵本写宝袋（享保5年・1720年）



伊万里 志田焼 江戸後期



鳥羽絵 欠び留（享保5年・1720年）



伊万里焼 江戸後期



歳時故実（延享2年・1745年）



伊万里 志田焼 江戸後期



絵本通宝志（享保14年・1729年）



伊万里 志田焼 江戸後期



絵本写宝袋（享保5年・1720年）



伊万里焼 江戸後期



金玉御府（明治8年・1871年）



伊万里 志田焼 江戸後期



ふくさ雛形集（江戸後期）



伊万里焼 江戸後期



日用心法鈔（文政10年・1827年）



伊万里 志田焼 江戸後期



絵本通宝志（享保14年・1729年）



伊万里 志田焼 江戸後期



写生戲園画（享保4年・1719年）



伊万里焼 江戸前期



絵本写宝袋（享保5年・1720年）



伊万里 志田焼 江戸後期

獅子の子落し

桃李不レ言下自成蹊

漁夫の利

以下のお皿の謎解きは
本にてお楽しみください。

蝦蟇仙人に陳楠



塩屋



撰百人一首華文暉(安政2年・1855年) 伊万里 志田焼 江戸後期

絵本通宝志(享保14年・1729年)
絵本写宝袋(享保5年・1720年)
頭書増補訓蒙図彙(寛政元年・1789年)



伊万里焼 江戸後期



李白観瀑



名家人物画譜(江戸後期)

伊万里 志田焼 江戸後期



名数画譜(文化7年・1810年)



伊万里 志田焼 江戸後期



主従心得草(天保14年・1843年)



鶴の巢籠り

伊万里 志田焼 江戸後期



大原女



写真字筆(文化12年・1815年)

伊万里 志田焼 江戸後期



書名不明(江戸前期)



伊万里 志田焼 江戸後期



新案模様集(明治34年・1901年)



菊水伝説・流れ菊

伊万里 志田焼 江戸後期



苦瓜(ゴーヤー)



頭書増補訓蒙図彙(寛政元年・1789年)

伊万里焼 江戸後期



絵本和比事(享保20年・1735年)



伊万里焼 江戸後期



ふくさ雛形集(江戸後期)



蜃気楼

伊万里 志田焼 江戸後期



大華國



日本山海名産図会(寛政11年・1799年) 伊万里 志田焼 江戸後期



五常弁(寛政6年・1794年)



伊万里 志田焼 江戸後期



文晝画譜(文久2年・1862年)



麻姑

鹿背山焼 銅板絵付 江戸後期



蛍雪の功



画筌(享保6年・1721年)

伊万里焼 江戸後期



絵本通宝志(享保14年・1729年)



伊万里焼 江戸後期



絵本故事談(正徳4年・1714年)



虎の子渡し

伊万里焼 江戸後期



兎走波上



絵本故事談(正徳4年・1714年)

伊万里 志田焼 江戸後期



随一大雑書古今大成(天保9年・1838年)



伊万里焼 江戸中期



御伽草子・二十四孝(江戸中期)



孟宗「哭竹生笋」

伊万里 志田焼 江戸後期



壽字文



吉祥図案解題(昭和15年・1940年)

伊万里焼 江戸中期



画図拾遺(享保5年・1720年)



伊万里 志田焼 江戸後期



画図拾遺(享保5年・1720年)



大黒天

伊万里 志田焼 江戸後期

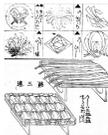


大津絵



名家人物画譜(江戸後期)

伊万里焼 江戸後期



紋帳早見大成(安政3年・1856年)
婚礼罍粟袋(寛延3年・1750年)



伊万里 志田焼 江戸後期



熨斗

淡斎浮世画譜(天保年間年・1830-44年) 伊万里 志田焼 江戸後期



宝船変遷

はじめに：江戸絵皿の絵解き

「絵解き」とは、「絵の意味を説明する事」や、また「その人の事」とされています。その絵解きは、仏画等をはじめとして、平安時代より昭和の半ばまで、人の心の学びや楽しみとして、暮しの中に生きておりました。

特に江戸時代からは、掛軸や絵皿が人々に好まれ、大人同士や子供達にむけての絵解きが、営みの中に心の学びとして育まれてゆきました。天明三年（一七八三年）に出版された「授業編」の中にも、「子供は必ず絵解きをせがむ」とあり、そのきらきらとした子供の様子が目に浮かんで参ります。いつの世も、ものに描かれた絵は、子供をはじめ人々の心を惹きつけ、その絵解きは、主に人から人へと口伝えて伝わって来ました。

まだ和風の暮しだった昭和四十年頃までは、お寿司屋の板前さんの後ろの壁には、江戸絵皿が所狭しと飾られ、その絵解きの語りがまだ聞かれました。料理人にとって絵皿の絵解きは、教養であり、粋なお客にとつても、故事来歴や教訓の学びの一つでありました。

ところが洋風化した昨今は、骨董店の方々でさえ、絵解きを語る人は少なくなり、その上、絵皿の意味を説明した図鑑や解説書等を探しても、今迄に出版されておらず、数百年以上続いて来た絵解き文化

は、今や消えようとしています。そして、東洋画と西洋画の違いは、西洋画が美の観賞を優先するのに対して、東洋画は、絵の中に含み隠されている意味を、味わう事にあります。

この、二十数年間に骨董市等で集めた江戸絵皿と、古書店等から手に入れた、江戸時代の本の絵を基に、およそ五百篇程の絵皿原稿が、ようやく出来上りました。この度、それらの中から、一冊目として四十篇ほどを選び、日本で初めての絵皿の絵解き本を、出版させて頂く事になりました。この先も、五百篇全篇を、順次または全集として、出版できればと考えております。是非お子様達に、人間的な教養の一つとして、口伝えて絵解きをして頂き、未来の子孫へ繋がれたいと願っております。

江戸の心を
よき事は
お子さんに
悪い事は
お孫さんに
我にとどめよ
伝えてあげて
下さい
みまお

著者紹介



河村通夫
Michio Kwamura

1948年、京都市生れ。自然流生活研究者、江戸絵皿絵解き研究者。1969年、札幌にてフオークの店「パフ」を設立。25才の時、札幌S TVラジオで番組を担当する。その後、72才の現在まで47年間継続し、現在の番組名は「桃栗サンデー」。

又、全国ネット番組の「大自然まるかじりライフ」も、35年間の長寿番組である。32才で岩見沢近郊の山を自らの手で開墾し、畑や庭を作り、本格的に衣食住の研究生活に入る。この間に江戸絵皿千枚、江戸絵手本等500冊ほどを収集し、照合研究をする。また京都西陣の町家を、娘婿と共に鉋手に15年かけ修復し、重要景観建築物に指定される。

主な著書にベストセラーの「米ぬか健康法」（小学館）、「自然塩健康法」（小学館）。LPレコードに「雪割の下」（東芝EMI）、「十勝野」（CBSソニー）。研究開発商品の、米ぬか食品「ぬか玄」、「草取り知らずの敷きつめ堆肥」などは、全国的にロングセラーとして、信頼を得ている。