

## 茶碗坊主が大人気

榎田亮介のブログ「左腕坊主」の中で人気のシリアルがある。「茶碗坊主」のタグがついた、榎田の手料理を紹介するコーナーだ。特別手の込んだ料理ではないが、いかにも「男の手料理」といった写真が食欲をそそる。

榎田によると「まじめなことを書いた時よりも、料理の方が反響がある」らしい。本意ではないが、まんざらでもないといったところか。かつてドイツ3部のピルナでプレーし、ヒザの大ケガを乗り越え、今も北陸電力で現役生活を続ける榎田に、料理にまつわる思い出などを訊ねてみた。

## 料理できる男はええな

榎田が料理に目覚めるようになったのはドイツに渡る前のHonda熊本時代。チームメイトだった吉田耕平（現大崎電気）やフレデリック・ヴォル（元Honda他）に影響を受けた。

「吉田といっしょに釣りに行ったら、吉田は釣った魚を器用にさばくんですよ。僕も真似してみたくんですけど『なんや、その包丁の持ち方は』と言われるレベルでした。ヴォルも料理が好きで、よく仲間を家に招いてパーティーをしていました。」

久保 弘毅 ●文  
text by Hiroki Kubo

# 送球の昂・料理編

～榎田亮介（北陸電力）と料理にまつわるあれこれ～

今回はシリーズでお届けしているテーマの1つ「送球の昂」の料理編。北陸電力・榎田亮介選手の料理へのこだわりから、話はチーム作りへと発展していきます。



北陸電力・榎田亮介

そういう姿を見ていたら「料理できる男はええな」と思っ、家でこっそり練習するようにになりました」

ドイツでプレーするようになってからは自炊の毎日。チームのパーティーに親子丼を持って行ったこともあった。

「ドイツはなにかお祝い事があったら、自分がホストになって祝う習慣があるんです。親子丼を作ったのは、ピルナの次のチームとの契約が決まった時です。最終的にヒザがおりなくて、そのチームには入れなかったんですけど、話が決まった時に『それじゃあクシ、日本っぽい料理を作つてよ』と言われて、親子丼を作りました」

味付けは醤油をベースに、日本酒の代わりに白ワイン。ドイツには生卵を食べる習慣がないので、完全に火が通った状態の物を持って行った。見た目は親子丼というよりかき玉汁に近かったが、チームメイトには好評だった。

その後、日本に戻ってからも、榎田は地道に料理を続けてきた。

母方の家系に芸術関係の人間が多いこともあってか、見せ方に工夫を凝らすなど、料理を楽しんでいる。

## 鮮やかな色をひとつ入れる

榎田の料理は見栄えがいい。榎田自身に言わせると「みんなビジュアルにだまされていくだけ」らしいが、目で食べる要素もあるので、やはり見た目は重要である。見せ方のヒントを榎田が教えてくれた。

「仕上げにゴマやネギを散らすと、美味しそうに見える。それからお皿と料理の関係だったり、近くから写真を撮ったりすれば、美味しそうに見えますよ」

とくに興味深かったのが器と料理の関係性。「これは感覚なんだけど」と断りながら、榎田は説明してくれた。



元フランス代表のヴォルは料理が得意だった

「器の中に必ずひとつ彩りの鮮やかな物を入れるようにしています。それがトマトの赤なのか、ネギやパセリの緑なのか、それとも料理ではなく、お皿をちよつと派手な物にするとか。」

最近はずいぶん青いお皿をよく使っています。それは福井で試合が終わったあとに買いました。以前はどちらかと言うとくすんだ色のお皿が好きだったんですけど、急にひらめいて買ってました。実際に使ってみると、彩りのある器って意外と使える。こういうのもありなんやと思えました」

もともと榎田はアドリブや冒険が嫌いではない。仕事やハンドボールは理詰めで考えるが、普段は直感も重視する。この時もひらめきを試してみたことで世界が広がった。ビジュアルだけでなく、もちろん栄養も考えて料理を作る。なるべく高たん白で低脂質な物を。肉や魚だけに偏らないで、必ず野菜を入れるように。とくにヒザの大ケガをしてからは、科学的な根拠は

## 料理とチーム作り

先ほどのレシピを見てもわかるように、榎田の料理は大らかだ。食材を買う時も、初めからなにかを作ろうと決めて買いに行くよりは、買い物をしてから「これとこれを組み合わせで作ってみよう」と思いつくことが多い。

「僕はゼロからなにかを作るより、今ある物をアレンジする方が得意なんです。ハンドボールだったら、新しく

チームを立ち上げるよりも、今いる選手たちを見て「こういう戦い方でやってみたら」と提案する方が好きですね」

滋賀医大や大阪大など、榎田が定期的に指導しているチームが結果を出しているのも、このあたりが理由なのかもしれない。

初めから「こういう料理を作る」というやり方と、今ある物で、いわゆる「まかない飯」を作るようなやり方と、料理には2つの方法がある。これはハンドボールのチーム作りにも似ている。

## やげんなんこつのカレー炒め



材料：やげんナンコツ、ネギ、塩、胡椒、カレー粉、油

- ①にんにくをみじん切りにして、油で炒めて香りを出す。
- ②やげんナンコツを炒めて、軽く塩、胡椒を振る。
- ③火が通ったらカレー粉を入れる。味が足りなければ、塩、胡椒を追加。
- ④器に盛って、刻みネギを散らしてでき上がり。



「僕が最初に入ったHondaは『こういうチームにしたい』という設計図が最初にあった、それに合わせた選手を獲って、練習もそのコンセプトに合わせた選手を揃えていきました。」

北陸電力は、職人がそれぞれ自分の持ち場で腕を振るって、その結果として「こんな建物ができました」というチームです。設計図はなくても、職人たちがそれぞれの持ち場で自分のベストを尽くした結果、思いもかけない建物ができると勝ったのもその結果だったと思います。

### 食事の場を大切にしたい

連載続きでチームが重苦しい方を感じましたけど、今はどつちもありなんやと思つています。どつちがいい、悪いはないですね」

ここ10年近く、北陸電力はエースの神田友和を中心に、ほぼ不動のメンバーで戦ってきました。お互いの癖はわかつているし、それこそ言葉はいらないくらいに練り上げられたコンビネーションがあった。榎田の言葉を借りれば「今まで培ってきた物を、練習でよりまろやかにしていく」感じでチームを作ってきた。実際にトヨタ紡織九州の具相民なども、北陸電力の阿吽の呼吸を高く評価している。

しかし匠の技は世代交代に弱い。しかも攻守両面でチームを支えてきた神田が監督業に専念したため、チームの戦い方を根本から変えざるをえなくなつた。赤塚孝治や切越巧也といった若手を登用した昨季は、日本リーグで14戦全敗。北陸電力にとっては苦しい1年となつた。

「コート上や練習だけでは解決しきれないことってあるじゃないですか。今日の敗戦を明日も引きずりそうだと思う場合は、みんなが集まって試合のビデオを見たりします。若手がハンドボールの話をしたそうであれば、ウチで鍋をつつきながら海外の試合の映像を見たりもします。」



北陸電力・神田友和監督（中央）。入社以来、チームの大黒柱だった

自分が飯の場を提供することで、後輩たちが素の部分さらけ出してくれたり、お互いにハンドボールを考えるきっかけになつたらええかなと思つています」

榎田の原点にあるのは、Honda熊本時代のヴォオルの姿だつた。

練習中はだれよりも厳しいヴォオルだが、ひとたびハンドボールから離れると、面倒見のいい親分だつた。自宅にチームメイトを招いては、フランス代表の話からくだらない話まで、それこそいろんな話を聞かせてくれた。

声をかける時も「来たかったら来いよ」というスタンスで、決して無理強いすることはない。そのあたりを踏まえて僕もやってきましたけど、純粹にチームを勝たせるとなると、自分のやってきたことを100%還元することを考えたら、ギャーギャー言い続けた方がよかつたのかなと思う時がある。

海外では言い合つたりするのが当たり前。でも、日本で同じことをやると、周りが引いてしまう。

そのあたりを踏まえて僕もやってきましたけど、純粹にチームを勝たせるとなると、自分のやってきたことを100%還元することを考えたら、ギャーギャー言い続けた方がよかつたのかなと思う時がある。

この号が発売されるころには社会人選手権の結果も出ています。新しいシーズンの北陸電力と榎田に期待したい。