

東北食べる通信

2014

10 月号

taberu.me

世なおしは、食なおし。

特集

真室川の運命を変えた「ばあちゃんのにんじん」

東北食べる通信

食

山形県真室川町の
佐藤春樹さん一家がつくった

さといも

にんじん

「ばあちゃんの里芋」 真室川の運命を変えた

真室川町は山形県と秋田県の県境に位置する人口およそ 8,500 人の小さな町だ。大部分を森林が占め、真室川、鮭川、金山川、小又川が流れている。年間通じて日照時間は短く、冬季の積雪量が多い。佐藤家の畑は、山道から外れた林の裏手にある。

楕円の緑の葉っぱが幾重にも重なり、一面に広がる里芋畑。顔に深いしわを刻んだ農家、佐藤信栄（のぶよし）さん（81）は、佐藤家に代々伝わる里芋について、「この地域の豊かな湧水と盆地特有の激しい寒暖差が、ここの里芋をおいしくしている」と、誇らし気に語った。そして、その里芋の歴史についてひも解き始めた。

おばあさんが伝えた 奇跡の里芋

江戸時代に秋田の角館からやってきた出羽新庄藩初代藩主の戸沢政盛公がこの地に検分に来た際、祖先である佐藤家初代のおじいさん、おばあさんが田んぼ仕事を休んで里芋を煮ていた。おばあさんが「あがらしゃれ」と里芋を振る舞ったところ、藩主に非常に喜ばれ、すぐ鍋底にしゃもじがあたってカシャカシャと音が鳴るくらいの勢いで平らげてしまった。このときのおじいさんの名前が「甚五右エ門(じんごえもん)」だった。

「大凶作の年もここの芋だけは丈夫にでき

た。その芋と蓄えの自家製味噌が、冬の食糧不足をしのご役割を果たしてきた。田んぼは男、芋づくりは女の仕事だった」と、信栄さんは言う。命をつないできたその種は途切れることなく伝承され、今度は信栄さんから孫の春樹さん（33）にバトンタッチされた。春樹さんは小学 2 年生まで、信栄さんの家で両親と共に 9 人家族で暮らしていた。学校から家に帰るとランドセルをぶん投げて、裏山を走り回った。口のまわりをまっ赤にしながら桑の実を食べたり、川で鮎を獲ったりして遊んだ。

その後、父の仕事の都合で隣町の新庄市に引っ越した。転校先でできた友だちに、あれが食える、あれは食えないと自慢げに教

えた。夏休みになると、いつも真室川に戻って遊んでいた。新庄の工業高校を卒業後、製造会社に就職。数年後、会社を辞め、今度はスーパーの深夜のアルバイトを始めることにした。朝帰宅してひと寝して、昼に起きると、それから夜まですることがない。そこで、信栄さんの農作業の手伝いに通うようになった。次第に農業が面白くなり、25 歳で農業大学校の社会人研修へ。農業の基礎知識やマーケティングなどを学んだ。

「自分がつくったものを自分で売るのが一番面白いなと思った」という春樹さんは、仙台の産直に出荷したりしたが、うまくいかなかった。これでは生計を立てることができないと思い悩んでいたころ、世間では

在来野菜が注目され始め、役場の広報でも真室川の在来野菜を探していた。そうしたら、春樹さんのおばあさんの清子さん（77）が直採種していた甚五右エ門芋の種が在来野菜だとわかった。そのとき、清子さんは畑で自家用と親戚用の 20 株だけ栽培していた。もし清子さんがいなかったら、この世からその種は消滅していたことになる。

「おばあちゃんはお金を払って食べものを買うんじゃなくて、自分で種をとってつくるのが当たり前だと思っていた。だから、この種が残っていた」と、春樹さんは感謝する。そのころ、この里芋は「ばあちゃんの里芋」と呼ばれていた。



10
月 6 日
18°C

【山形県真室川町大沢】

文＝高橋 博之 写真＝五利 康延

東北地域全体に広がる芋煮文化の中でもちょっとユニークな、原木なめこの入った佐藤家直伝の芋煮をご紹介します。小ぶりながらしっかりした粘りが特徴の甚五右エ門芋に、原木なめこの香りととろみが合わさった絶品レシピです。いくら食べても飽きのこない、滋味深い芋煮で、秋の恵みをお楽しみください。

佐藤さんちの芋煮

材料 (2~3人分)

甚五右エ門芋 (正味) 400g

こんにゃく 150g

長ねぎ 1本

原木なめこ 150g (なければなめこ水煮でもよい)

牛こま切れ肉 150g

しょうゆ 大きじ3+適量

砂糖 好みで適量

作り方

- ① 鍋に1リットルくらいの湯を沸かしておく。甚五右エ門芋は洗って泥を落とし、皮をむく(下記参照)。こんにゃくは手で一口大にちぎる。長ねぎは青いところも含めておつ切りにする。原木なめこは石づきを取り、食べやすい大きさに裂く。牛肉は長いものがあれば食べやすい長さに切る。
- ② ①の鍋に甚五右エ門芋、こんにゃく、しょうゆを加える。再び沸騰したら弱火にし、原木なめこを加えて煮る。
- ③ 芋に火が通ったら、牛肉を加えて煮立たせ、アクを丁寧に取り除く。しょうゆと砂糖で調味する。
- ④ 長ねぎを加え、火が通ったらできあがり。

※こんにゃくは生芋からつくったものをおすすめです。
 ※芋となめこを煮たときに出る泡は、アクではないので取る必要はありません。
 ※佐藤家のレシピでは砂糖は入れません。お好みでどうぞ。

甚五右エ門芋の皮をむくテクニック

佐藤家の芋煮は、まるごとの里芋が入っているのが特徴。むき方は、ごぼうの皮むきのように、包丁の刃をたて、弱い力で茶色の表皮だけをこそげ取ります。むく前に、里芋を10分ほど水につけておくとスムーズに皮がむけます。皮をむいたら、水につけてぬめりを落としましょう。さらに、酢水にさらすと、変色せず甚五右エ門芋の美しい茎の緑や白が引き立ちます。



つゆの一滴まで滋味深い

甚五右エ門芋

佐藤さんちの芋煮

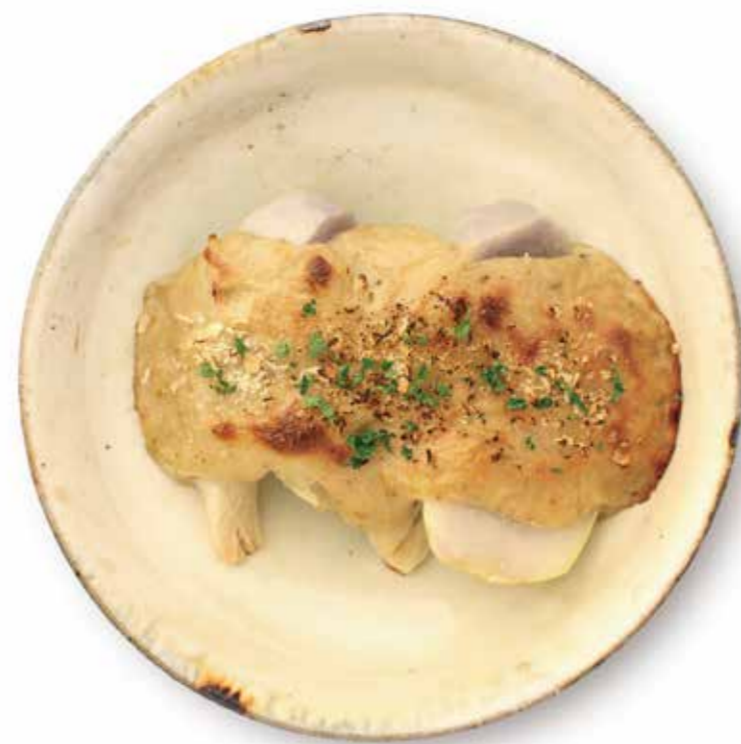
今月の一品



いそづくろ



甚五右エ門芋 いろいろレシピ



蟹味噌グラタン

小麦粉、バターをフライパンで炒め、牛乳を少しずつ加えてとろみがでるまでのばす。蟹味噌（缶詰）を加え、塩・こしょうで味を調える。甚五右エ門芋は皮をむいてラップをし、電子レンジにかけて柔らかくする。縦に切りバターを塗った耐熱皿に並べ、蟹味噌のソースをかけ、パン粉・パセリのみじん切りをふる。オーブントースターで焦げ目が軽くなるまで焼く。



甚五右エ門芋コロッケ

甚五右エ門芋は洗って泥を落とし、皮つきのまま水から柔らかくなるまでゆで、皮をむいてつぶす。フライパンに油を熱して牛ひき肉、にんじんと長ねぎのみじん切りを炒める。少し冷ましてから、芋と合わせて塩・こしょうで調味する。食べやすい大きさに等分にして俵形に形づくり、小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣をつけ、170度の油できつね色になるまで揚げる。

甚五右エ門芋のオープン焼きを3種の味で

オープンの天板にオープンシートを敷いて粗塩を広げ、よく洗った甚五右エ門芋を並べる。220度のオープンで15分ほど焼く。皮をむき、ハーブ塩、しょうゆにニンニクのすりおろしを加えたもの、パルサミコ酢にオリーブオイルを加えたものなど、好みの味つけていただく。



漬けて、干して、豊かになる。 真室川の素朴なごちそう。

10月初旬、甚五右エ門芋の生産者・佐藤春樹さん主催の芋祭会場で、地元産の食材をふんだんに盛り込んだ郷土食と塩むすびをふるまっていたのが、地域の食文化の研究、伝承活動を行う「食べ事会」のお母さんたち。素朴でありながら滋味に富んだそれらの料理に感激した私たち編集部は、このお母さんたちの台所を訪ねることに。そこで見てきたのは、雪深いこの土地で培われてきた食材保存の知恵と、おいしい食事でもてなす「あがらしやれ（※）」の精神だった。 文＝保田 さえ子 ※「あがらしやれ」とは、「お召し上がりください」「中にお入りください」の二つの意味を表す真室川町の方言。

下の写真で卓上に並んでいるのは、「食べ事会」会員の佐藤マキ子さん、小野キシエさん、佐藤富美子さんの3人各々が、季節ごとに仕込んできた自家製保存食の数々。春に裏山で採れるワラビやミズは青漬（塩漬）にし、細筍は水煮。梅の実が砂糖漬や梅干しにし、みょうがは酢漬、唐辛子は南蛮味噌、ナツハゼの実がジャムに。秋の山で採れるマイタケ、ナメコ、コナラモダチなどのきのこ類は、塩漬や水煮、乾物にし、栗は甘煮に。大根は大寒の2月から軒先に吊るし、凍結乾燥させて凍み大根に。

私たちが訪ねた10月上旬は、からどり芋の収穫期。お母さんたちは稲刈りに精を出しつつ、この芋の茎を皮むきして干す「芋がら」の仕込み時期にもあった。この辺りの農家の四季は、畑仕事や田んぼ仕事の合間の、旬の素材の保存づくりにとまがないのだ。しかし、「生の芋がらを甘酢漬にすると、とてもきれいなピンク色になるのよ」と語るお母さんたちの口調は実に楽しげでもある。昼ごはん時には新米とともに、乾物の煮つけや漬けた野菜を惜しげもなく並べてもてなしてくれた。雪深い冬

を乗り切るために育ててきた、そもそも切実な食材保存の知恵は、この地域の食卓に独特の豊かさをもたらしている。

保存の知恵が詰まった 元旦の朝のごちそう

この町の冬のごちそうといえば、納豆汁。ワラビなどの山菜の青漬、干した芋がら、水煮にしたきのこのなどの保存食を、豆腐、油揚げなどととも味噌味で煮て、すり鉢

ですりつぶした納豆を加えて仕上げる。元旦の朝にはかかせないこの一品、かつては納豆もわらでくるみ、こたつで温めて手づくりしていたそう。近年では、地域の皆の好物であるこの味を気軽に楽しめるよう、つぶした納豆に味つけされたものが市販されているというが、「食べ事会」のお母さんたちは、「やっぱり、うちですりつぶしてつくる味は格別」と誇る。山野田畑の恵みと、台所を預かる女性たちの知恵が凝縮された、温かく味わい深い一杯だ。



（写真左）自家製の乾物や塩漬の素材を持ち寄り、郷土食の納豆汁をつくってくれた「食べ事会」の佐藤マキ子さん（左）、小野キシエさん（中）、佐藤富美子さん（右）。

（写真右）3人お手製の納豆汁。納豆は、酒に浸して柔らかくしてから、すりこ木で一粒一粒丹念にすりつぶして仕上げに加えることで、汁全体がとろりとした舌触りに。好みに細かく刻んだり、ねぎなどの薬味をのせていただく。たっぷりの具材から出た深い旨味が、寒い季節の体にじんわりしみ渡るよう。



「食べ事会」の女性たちが料理製作に協力し、真室川町の四季の食材と、それを用いた郷土食を一年以上をかけて取材したレシピ集「あがらしやれ真室川」。この地域の食の方言集なども掲載され、町を離れて暮らす人々からも好評の一作。問合せは真室川町役場（0233-62-2111）へ。



（左ページの乾物類・左から）里芋の芋がら・乾燥マイタケ・凍み大根・乾燥赤ゴゴミ・からどり芋の芋がら・乾燥アケビ・乾燥ワラビ塩漬。

（奥の瓶詰類・左から）コナラモダチ水煮・ナメコ水煮2缶・細筍水煮・フキ水煮・スギナノカ水煮2缶・栗の甘煮・ナツハゼの実のジャム・梅の砂糖漬・マイタケ塩漬・みょうが酢漬・トビタケ塩漬・南蛮味噌・モダチ水煮・白マイタケ水煮・ミズ青漬。手前の薄紫色の実が干す前のアケビ。血盛りの梅干しも自家製。