

# 東北食べる通信

2016

世なおしは、食なおし。

4  
月号

特集

放棄地を拓く  
藩士の魂

# ラア ガガ スハ。

福島県喜多方市の  
江川正道さんたちが育てた

東北食べる通信

# 藩士の魂 放棄地を拓く

福島県喜多方市の中心市街地から車で15分走ると、山のふもとと斜面に民家が点在する道地（どうじ）地区に出る。段々の畑を両脇に眺めながら、アクセルを踏み込んで細い山道を駆け上がっていくと、きれいに整備された高台の畑が姿を現した。標高400メートル。眼下には、会津の人々に親しまれる名峰、飯豊山を背に喜多方の町が一望できる大パノラマが広がる。周囲を山々に囲まれた会津盆地。この外部と隔絶された地理的要因と、一年の半分近くを雪が覆う厳しい自然環境が、会津藩士の頑固な気質を生み出したとされるもうなずける。

この会津盆地を見下ろす高台の畑は、6年前まで藪が生い茂る耕作放棄地だった。この荒れ果てた土地を農地に蘇らせたのが、同市の「株式会社エガワコントラクター」だ。入社3年目となる佐々木祥弥さん（20）と、

岡田陽香さん（20）は、間もなく芽を出すであろうアスパラガスが眠る畝の表面に、乾燥を防ぐために必要なみ殻をまき、畝の両脇の除草を丹念に行っていた。「雑草が栄養分を吸い取るとアスパラが大きく育たないんです」と、佐々木さんは説明してくれた。

その傍らで、芽を出したばかりのアスパラの生育具合を観察していた社長の江川正道さん（29）は、ふたりの教育係として常に目を配っている。「最初は言葉遣いも話にならなかった。でも、近くで成長を感じられるのが嬉しいんです。一人前に育て、いつか農家として立ち立させたい」。正道さんはそう言いながら、ハサミで刈り取ったアスパラの若莖を私に手渡してくれた。生のアスパラを口にするのは初めてだったが、苦味がなく、瑞々しかった。土を深く覆っていた雪が解けて、その水を十分に吸っているから瑞々しいのだ

と、正道さんは教えてくれた。

## 土建屋が畑を耕す

エガワコントラクターは6年前に、正道さんの父、正則さん（60）が設立した。もともと、地元で建設会社「江川建設重機」の社長をしていた正則さんは、元来の自然好きだ。小学5年生のとき、家の裏の畑で芽キャベツを育ててうまくいったことに喜びを感じ、他の作物もつくったり、川で魚釣りにのめり込んだ。小学6年生のときには、すでに将来の夢として農園の設計までしていたという。しかし、高校卒業後、実家の建設会社で人手が足りなかったため、やむなく入社することになった。

職場では、圃場（ほじょう）整備を中心に、農業土木・一般土木を請け負っていた。機

械を動かす仕事をしながらも、相変わらずの自然好きだった。圃場整備の現場に来て、気づくと山菜採りに夢中になり、山の中に入ってしまうような人だった。そんな正則さんのところに、市役所から耕作放棄地をなんとかしてくれないかという話が舞い込んできた。「農業か。おれの夢だったし、得意分野だ」と、迷わず引き受けた。任せられたのは、平地ではなく、山あいの傾斜地にある道地地区の耕作放棄地だった。

耕作放棄地は、山間の傾斜地のような手間のかかる不利な条件の地域から広がっていく。道地地区も高齢化が進み、後継者不足で農地の維持ができない農家が増えていた。正則さんは、農業土木の技術・ノウハウ・機械を総動員し、畝に覆われた耕作放棄地を農地に整備していった。ところが、整備した農地を持ち主に返しても「体が言うこ

とをきかない。返されてもできないんだよ」と言われた。集落の高齢化は深刻で、どこも同じような状況だった。耕作放棄地を一時的に解消しても、後継者がいなければまた耕作放棄地に戻るだけ。もはや、構造的な問題である以上、自分たちで農地の維持をやるしかないのではないか。正則さんは新たに会社を立ち上げ、農業技術の習得をしながら生産を始めた。

どうせやるなら地域に根ざした作物をつくりたい。正則さんは、徳川吉宗の時代から会津地方に伝わる薬用人参に目をつけた。400年の歴史を持つ薬用人参に象徴される薬草文化も生産者が激減し、風前の灯となっていた。そこで薬草の栽培に挑戦したが、初めての収穫を迎えた年に東日本大震災が発生。薬草は「直接、人体に影響する」作物物だけでなく、風評の影響を受け、すべ

ての取引先への出荷が停止に追い込まれた。出鼻をくじかれた正則さんは仕方なく、一般作物の栽培に切り替えることにした。

## テレビドラマに号泣

そのころ長男の正道さんは、カナダのバンクーバーでのワーキングホリデーから帰国し、神奈川県川崎市の寿司屋でアルバイト生活をしてきた。高校時代、将来は父親の建設会社の後を継ぐのかなあとぼんやり思っていた正道さんは、地元の高校から神奈川にある大学の経営学部に進んだ。経営者になるには技術と人間力が必要だ。でも、自分には土木の知識も技術もない。「従業員を束ねる人間になるには、人間力を磨くしかない」。卒業後、言葉の通じない国で生活できたら自信になると考えた正道さんは、現金40万円を手にバンクーバーに渡航した。



【福島県喜多方市熊倉町道地】

文＝高橋 博之 写真＝黒田 知範

4  
月  
5  
日  
8°C

## アスパラガス畑と会津盆地の季節の変化



同じ場所から撮影した秋の光景。写真提供：志保康平（Shimizu）

特集  
アスパラガス

春のアスパラは、風味と食感を楽しんでいただくため、生のまま皮むき器でさがきにしてラーメンにトッピング。江川兄弟が育った喜多方の名物、ラーメンのスープは、鶏豚ベースに煮干しを加えてあっさり醤油味に。余ったアスパラの皮も活用し、スープのコクと風味を引き立たせます。火加減に注意して、簡単なのに意外なほど繊細なスープづくりを体験してみてください。

ご当地グルメの組み合わせ

# アスパラガス × 喜多方ラーメン

今月の一品



## 喜多方ラーメン

材料 (2人分)

アスパラガス 2本	昆布 10cm
チャーシュー 下記参照	顆粒鶏ガラスープの素※1 小さじ2
鶏肉の皮 300g	こしょう 小さじ1
煮干し 4尾	中華生麺※2 2袋

※1 化学調味料不使用のものがよい。ユウキ食品「化学調味料無添加のガラスープ」がおすすめ。  
※2 ストレート/約4mmの太麺

作り方

- ① アスパラガスは下半分の皮をむき、チャーシューのレシピに使う。
- ② 熱したフライパンに鶏肉の皮を入れ、脂を出しながらカラカラになるまで炒める。出た脂を耐熱性の瓶などに移す。※3
- ③ アスパラガスは皮むき器などでさがき状に削る。穂先は縦半分に分ける。チャーシューは好みの厚さに切る。
- ④ 中華生麺は喜多方ラーメン風の縮れ麺にする (下記参照)。
- ⑤ 鍋にチャーシューの残りのゆで汁 300ml、水 500ml、煮干し、昆布、鶏ガラスープの素、こしょうを入れて弱火にかけ、煮立たせないように注意しながら (煮干しや昆布から苦みが出るのを防ぐため)、10分熱する。煮干しと昆布を取り出し、アクを取る。
- ⑥ ⑤のスープを煮立たせ、同時に別の鍋に湯を沸かし、麺をややかためにゆでる。
- ⑦ 器それぞれに②とチャーシューのつけ汁各大さじ1、⑤のスープ、しっかり湯をきった⑥の麺を入れる。③、ゆで卵、ネギ (分量外) などの具材をのせる。

※3 鶏肉の皮からとったこの脂はチー油という。瓶に詰めて常温で2週間ほど保存可能 (白く固まる)。チャーハンや炒め物などに使うとコクが出る。

## チャーシュー

材料 (つくりやすい分量)

豚バラかたまり肉 500g	ニンニク 2かけ
長ネギ (青い部分) 1本分	塩 小さじ1
ショウガ 3かけ	醤油 大さじ4
アスパラガスの皮 上記参照	

作り方

- ① 豚バラ肉は 5cm 角に切り、長ネギ、ショウガ、アスパラガスの皮とともに鍋に入れる。かぶるくらいの水 (2 1/2〜3 カップ)、塩小さじ 1 を加えて弱火にかけ、煮立たせずに 20 分ゆでる。火を止め、ふたをして 10 分ほどおく (肉汁を流失させずジューシーに仕上げられる)。
- ② 長ネギがくたついたら、耐熱性の容器に温かいままの肉、香味野菜類、ゆで汁 1 カップと、ニンニク、醤油を入れ、30 分ほどなじませる (残りのゆで汁もラーメンのスープ用に取っておく)。ゆで卵と一緒に浸してもよい。

喜多方風「ちぢれ麺」は、家でつくれる

市販の 4〜5mm 程度の太麺を、袋の上から手のひらで平らになるようにつぶします。次に、つぶした麺を丁寧にはぐしたら、両手で何度か振りつぶしては、ほぐす動作を 4〜5 回繰り返すと、スープとの絡みが抜群の喜多方風「ちぢれ麺」の出来上がり。通常のゆで時間より、固めにゆでるのが喜多方流。

くろだめし



つくろ

い  
え  
て  
つ  
く  
る

FOOD  
DESIGNERS NETWORK

# アスパラガスのいろいろレシピ

## アスパラガスの チーズリゾット

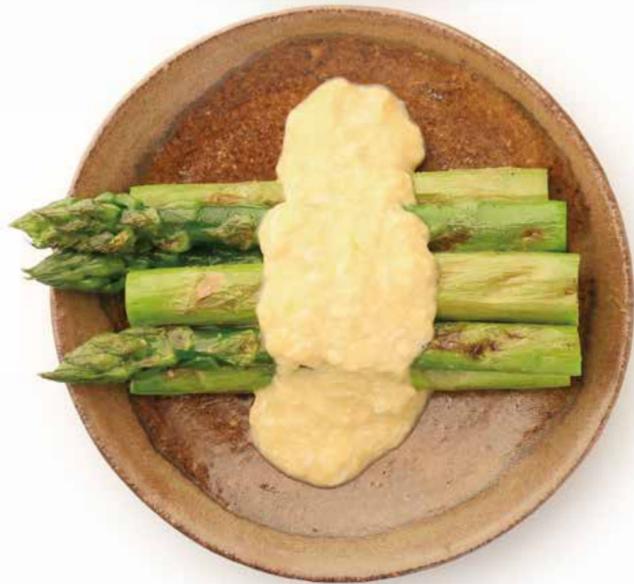
アスパラガス 2 本は長さを半分に切り、下半分は斜め薄切り、上半分は厚めの斜め切りにする。鍋に湯 5 カップを沸かして固形スープの素 1 個を溶かし、アスパラガスの下半分をさっと煮る。別の深めの小鍋にオリーブオイル大さじ 2 を熱し、玉ねぎ（みじん切り）1/2 個分、ニンニク（みじん切り）小さじ 1 を炒める。透き通ったら無洗米 1 カップを加え、米が透き通るまでさらに炒める。白ワイン 1 カップを加えてアルコールを飛ばし、先のスープを米がかぶるくらいまで注いで中火で煮る。スープが蒸発するたびに足し、鍋を揺すりながら米がアルデンテになるまで煮る（かき混ぜすぎると粘りが出るので注意）。最後にアスパラガスの上半分、粉チーズ 50g を加え、塩・こしょうで調味してさっと混ぜる。

## グリルアスパラガスの 卵ソース

卵 1 個、豆乳大さじ 3、粉チーズ大さじ 2 をボウルに入れてよく溶き混ぜる。フライパン（フッ素樹脂加工のもの）を熱して卵液を注ぎ、こまめにかき混ぜてスクランブルエッグ状のソースをつくる。アスパラガス 3 本は根元近くのかたい皮を皮むき器などで削ぎ取る。フライパンにオリーブオイル大さじ 1/2 を熱してアスパラガスを並べ入れ、上下を返してじっくり焼く。塩・こしょうで調味し、食べやすい大きさに切って皿に盛る。卵ソースをかけていただく。

## 肉巻きアスパラガスのオレンジ煮

アスパラガス 4 本は根元近くのかたい皮を皮むき器などで削ぎ取り、たっぷりの熱湯でさっと下ゆです。豚バラ薄切り肉を 1 枚ずつ巻きつけ、片栗粉を薄くまぶす。フライパンにサラダ油大さじ 1 を熱し、肉巻きアスパラガスを並べ入れて表面を焼きつけ、いったん取り出す。フライパンの油を拭き取り、醤油大さじ 4、マーマレードジャム大さじ 2、みりん大さじ 2 を煮立たせ、肉巻きアスパラガスを戻し入れる。とろみが出て全体にからんだら出来上がり。



私の生家は福島県喜多方市の目抜き通りで店をしていたので、よくラーメンの出前を取っていました。店番をしている母が「昼は支那そば取っか」というと、「うん、取んべ」と大喜びといった具合です。なにしろ出前は御馳走でしたから。

それから、「今日は富香川でなくて浜町にすんべ」 「いや源来軒にすんべ」と相談が始まります。みんな近くの店です。そして届いた出前がアツアツでおいしかったこと。私の子どもの頃のラーメンの記憶はなぜか出前のことが多いのです。確か小学生のころ、1960 年前後ですが、半世紀以上たった今も基本は同じ味です。ところで、最初に挙げた 2 軒の店は残念ながら今はありません。数年前閉店した浜町食堂は、同じく喜多方名物のソースかつ丼も美味しかったのですが。

喜多方ラーメンの特徴は麺にあります。太く平たく（幅 3～4 ミリ）、縮れていて、コシが強い上に水分を多く含んでいます。「平打ち熟成多加水麺」と言われる「縮れ麺」です。スープは塩味、醤油味など、店ごとに個性を競っていますが、それを貫くものが「麺」なのです。坂内食堂（有名店です）などの麺を作っている曾我製麺の社長、曾我高志さんに伺うと、小麦粉に対し 40% くらいの水を加えていて、全国的にも水分の比率が高いのだそうです。店の注文に応じて最後に手もみで「縮れ」を増すものもあるそうです。

出前の場合、ゆで時間を長くして麺を柔らかくすると、その後に麺がスープを吸う量が減るといいます。ですから、店で食べるのと、出前で食べるのでは味や食感が少し違う。ということで、店に来てわざわざ「出前のようなラーメン」を注文した人もいたらしいです。私ではありませんが。

喜多方の麺は、先に店名を挙げた源来軒の創業者、潘欽星（ばん・きんせい）さんの手打ち麺が原点です。中国浙江省生まれで、昭和初期に喜多方で屋台を出しました。麺と一緒にスープが口に入るように（それで美味しく感じるのです）縮れ麺にしたそうですが、出前しても麺の延びが少ないよう水分を多くしたとも言われています。その麺作りが従業員や弟子たちに伝授されて広まり、戦後は機械打ちの製麺所でも作れるようになり、喜多方ラーメンの土台が築かれてきたのです。

このように、ラーメンは喜多方の地元の人生活に密着していて、店もたくさんありました（現在およそ 120 店舗）。喜多方名物「朝ラー」と言われて珍しがられていま

すが、朝から開いている店も昔から普通にありました。工場の夜勤明けに立ち寄るためとか、早朝野球を終えて腹ごしらえにとか諸説ありますが、いずれも地元の人々の生活の便、必要に応じてできた慣習ということです。そういう土台があるところに、ブームが起きたわけです。喜多方が「蔵の町」として知られるようになったのが 1970 年代、その効果もあって「喜多方ラーメン」としてブレイクしたのが 80 年代（昭和 60 年前後）。その結果、札幌、福岡とともに日本 3 大ラーメンと言われるようになりました。

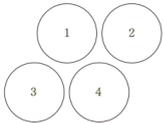
ブームが一過性でなく、かれこれ 30 年以上も長持ちしているのは、行政が無理矢理仕掛けたわけではなく、昔から地元にしっかり根付いていたからでしょう。自然発生的に、成るべくして成った側面が大きいのです。今でも新しい店が開店して評判をとることがしばしばです。喜多方で店を開こうと集まって来る人がいる一方で、喜多方から外に出て店を出す人もいます。なんだか喜多方が「ラーメンの聖地」になってきているようです。

聖地である証拠に、市内の大通り沿いに一昨年夏、世界初の（たぶん）「ラーメン神社」ができました。割りばしと麺を模した鳥居をくぐって入ると、ラーメン丼がご神体として鎮座しています。大人でも入れる特大のラーメン丼もあって、人気の撮影スポットになっています。喜多方においでの際には一度立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

冠木 雅夫

● 毎日新聞社専門編集委員

1951 年福島県喜多方市生まれ。千葉県在住。75 年毎日新聞社入社。学芸部長、論説委員長などを経て 2011 年より専門編集委員。2015 年より「きたかた応援大使」。



小誌編集部が喜多方ラーメンのレシピ（前出）研究のため、現地取材中に食べ歩いたラーメンの数々。麺は、若干の差はあれどすべて平打ちの縮れ麺。スープは店により、だし素材の組み合わせから味づけからチャーシューのタイプまで十店十色以上だった。

1. あべ食堂の「中華そば」。2. 坂内食堂の「支那そば」。3. 地元産のアスパラがトッピングされた堀川屋の「しおラーメン」。4. あじ庵食堂の「福島鶏白湯」。文：編集部

古くから地元の生活に根ざす

# 喜多方老麺

出前も美味しい

文 冠木雅夫

写真 黒田知範

