

東北食べる通信

2017

2
月号

世なおしは、食なおし。

特集

中洞生きものの学校

牛乳

ぎゅ
ち
に
ゆ
う

岩手県岩泉町の

なかほら

中洞正さんたちがつくった

東北食べる通信

中洞生きものの学校

中洞牧場はスケールが大きい。野球場のグラウンド 80 個分に相当する 80 ヘクタールの山林に約 80 頭の乳牛を放し飼いでいる。厳しい冬も例外ではない。標高 700~850 メートルの北上山地はときに零下 20℃を下回ることもある。それでも牛たちは昼夜問わず、大自然の中でたくましく暮らしている。1 月下旬、ときおり雲間から顔を出す太陽が白銀の世界をキラキラ照らす中、牛たちは吹きすさぶ寒風から逃れるように身を寄せ合っていた。

雪上をのそのそと歩く牛を背後から眺めると、あることに気づく。牛の形が丸いのだ。私はかつて、岩手県内のあるメガファームで 2 週間、研修生として敷地内にある小屋に寝泊まりしながら、約 500 頭の牛の世話の手伝いをしたことがある。搾乳の時間が近づくと、巨大な牛舎で休む牛たちを背後から搾乳専用施設に移動するように追い立てるのだが、例外なく牛の形は縦長の楕円形だった。ところが、中洞牧場の牛はどれも丸いのである。

中洞正さん(64)は「これが正しい牛の形なんだよ」と教えてくれた。牛は本来、草を主食とする草食動物だ。牛には 4 つの胃袋があるが、植物の繊維を分解する微生物が生息しているのが横っ腹にある第 1 胃で、草を食べて育つ牛はこの部分が大きくなる。だから、体が丸くなるというわけだ。一方、一般的な牛舎で育てる牛は、穀物などの高カロリーの輸入濃厚飼料を餌として与えられるので、第 1 胃が発達せずに、丸くならない。丸と楕円の違いは、中洞酪農と近代酪農の違いを如実に物語っている。その違いは形以上に大きいことを、取材を進める中で思い知らされることになる。

牛で山林を開墾

中洞さんの朝は早い。2016 年 5 月の大型連休、研修生たちもまだ深い眠りの中にある早朝 4 時過ぎ、パソコンのメールを一通り確認した中洞さんはトレードマークの黄色いジープに

乗って動き出した。「日が昇ったら起きて、日が沈んだら寝る。昔の人はみんなそうやって生きていた。だから電気もいらなかっただろ。今は夜中ずっと電気つける生活してるから原発も必要になる」。ジープで向かった先は、今、牛たちを放っている山林の対面にある荒れ果てた山林だった。50 ヘクタールの山林を新たに開墾して整備し、ここでも牛を新たに育てるといふ。そうなれば合わせて 130 ヘクタールとなる。

50 ヘクタールの山林を開墾する。こんな途方もない面積の荒れ果てた山林を誰が開墾するのか。業者に頼んだら莫大な費用がかかるだろうし、牧場のスタッフや研修生は牛には慣れているとは言っても、山林整備はまったくの素人だ。中洞さんに尋ねると「牛がやるんだよ」と答えた。牛が開墾する？にわかにはその意味がわからなかった。鬱蒼と草木が生い茂る山林に、建設重機のパワーショベルで道をつくるのだという。中洞さんが自らその

雑木林を切り開いた道とも言えぬ道をジープで駆け上がっていくと、どん詰まりにそのパワーショベルがあった。ジープからパワーショベルに乗り換えると、ショベルを上下左右巧みに操りながら太い木をなぎ倒し、前進しながら道をつくっていくのだった。

こうして山林の中に迷路のような道が張り巡らされていく。設計図は中洞さんの頭の中しかない。私も鈍(なた)を渡され、中洞さんと離れたところで枝の刈り払いの真似事をさせてもらったが、雑木林の中はどこも似たような景色で、自分がどこを歩いているのかすぐわからなくなった。山林を走り回れる道がある程度整うと、最後に周辺を巡らせるようにして電柵を張る。そこに敷を開墾する牛を放つ。

秋、その藪の中に放たれた牛を見に行った。人が歩くのもままならない藪の中を牛たちが歩き周り、辺り一帯の植物をむしゃむしゃ食

べていた。あたかも家畜の牛が野生化しているようで、異様な光景だった。牛たちは木の葉や木の実、笹、野草など、食べられるものはなんでも食べ、やがて食べ尽くすという。こうして藪の中の植物が食べ尽くされると、日差しが地面に注がれるようになり、やがて野シバが生い茂るようになる。荒れ放題だった山林は美しい草原となり、牛たちが穏やかに暮らす場となる。野シバの若芽は牛の大好物だ。自分が好んで食べる野シバを育む土壌を肥やすのもまた、自分が排泄する糞尿なのである。

臭いがしない牧場

中洞牧場で驚かされたことのひとつに、臭いがある。牛舎飼いの酪農の現場は、とにかく糞尿の臭いが鼻につく。私が前述したメガファームで研修したとき、一度に 20 頭近くの牛の乳を自動的に搾る大型搾乳専用機「ミルクキングパワー」の掃除を担当したが、金

属製のパワーにこびりついた糞尿をタワシでごしごし擦り取る作業は常に臭いにつきまとい大変だった。また同じく岩手県内で小規模酪農を営む家に泊めさせてもらったとき、牛舎に溜まった糞尿をスコップで取り出す作業をしたが、足腰以上に鼻にきた。いずれも金属やコンクリートなど、自然の循環から切り離された人工物の世界に閉じ込められた糞尿が漂わせる臭いだった。

以来、酪農と言えば「あの臭い」というイメージがつきまわっていたが、中洞牧場には「あの臭い」がないのである。ここでは、牛たちは大地に糞尿を垂れ流す。大地に排泄された糞尿はたちまち微生物たちの餌となり、分解され、栄養源となって土を肥やす。そして、青々とした美しい野シバに成り代わるのだ。だから臭わない。臭わないどころか、糞尿に対するいいイメージが目の前に広がる美しい光景で刷新されるのである。

1
月
25 日

-7℃



【岩手県岩泉町・土有芸】

文=高橋 博之 写真=玉利 康延

牛乳レシピ

増量限定
バターも
使った

フレンチトースト

卵 1 個、グラニュー糖大さじ 1 をボウルに入れ、卵黄と卵白が均一に混ざるようしっかり溶きほぐす。牛乳 100ml、バニラオイル数滴を加えて混ぜる。以上の卵液をバットなどの平らな容器に入れ、厚めに切った食パン 1 枚を浸す。5 分後に上下を返してさらに 5 分、時間があればラップをかけて冷蔵庫で一晩浸す。フライパンを熱してバター 15g を溶かし、食パンを入れてふたをし、焼き色がつくまで弱火で焼く。上下を返し、もう片面も同様に焼く。器に盛ってバター適量をのせ、メープルシロップ適量をかけていただく。



バタークリーム

バター 75g は室温に戻してボウルに入れ、クリーム状になるまで泡立て器で攪拌する。別のボウルに卵黄 1 個分を入れ、白っぽくなるまで泡立て器で攪拌する。小鍋に水 10g(小さじ 2)、グラニュー糖 30g を入れて中火にかけ、グラニュー糖が溶けて小さな気泡ができるまで煮詰めたら、すぐに卵黄のボウルにごく少量ずつ加える(一度に加えると卵黄が固まるので注意。ボウルの縁を少しずつ伝わらせるようにして、混ぜながら加えるとよい)。粗熱が取れたら、泡立て器でツノが立つくらいまで攪拌する。バターを加えてなめらかになるまで混ぜればでき上がり。スコーンやパウンドケーキ、クッキーなどにつけていただく。



ホット・バタード・ラム

耐熱性のグラスを熱湯であらかじめ温めてからグラスをあげ、角砂糖 1 個、ダークラム 45ml を入れ、熱湯 150ml を注いでバター 5g を浮かべる。シナモンスティックで混ぜながらいただく。※熱湯を、温めた牛乳に替えてもおいしい。

バター茶

鍋に水 2 カップを入れて煮立て、プーアル茶葉 3g を入れ、弱火にして 3 分ほど煮出す。茶こしで茶葉をこし、とったお茶を鍋に戻し入れる。牛乳 100ml、バター 10g、岩塩(なければその他の自然塩)少々を加えてひと煮立ちさせる。



スクランブルエッグ

卵 2 個、塩ひとつまみをボウルに入れ、卵黄と卵白が均一に混ざるようしっかり溶きほぐす。牛乳 100ml を加え混ぜる。フライパンにバター 10g を入れて弱火にかける。バターが溶けたら卵液を加え、弱火のまま絶えずかき混ぜながら加熱する。全体がとろっとしたら器に盛り、パセリ(みじん切り)適量を散らす。

いろいろ

つくる
いえて



ヨーグルトとラズベリーのスムージー

プレーンヨーグルト 100ml、ラズベリー(冷凍) 50g、はちみつ小さじ 2 をミキサーに入れて攪拌する。グラスに注ぎ、ラズベリー 1 個、ミントの葉少々をのせる。



