

Recipe

【材料】 4人分
きゅうり3本、味噌大さじ4、だし汁4カップ、金ごま大さじ4、青じそ5枚、長ねぎ少々、花かつお20g、みょうが(お好みで)
【作り方】
①金ごまを炒って、すり鉢でよくする。
②きゅうりは薄く輪切りにして、青じそと長ねぎはみじん切りにする。
③金ごまと味噌を混ぜ、冷やただし汁を加え、きゅうりと青じそと長ねぎを加える。(花かつおとみょうがはお好みで)



次の世代に伝えたい
久喜市の郷土料理③
冷や汁

日本野菜ソムリエ協会 **富田 伯枝さん**
おいしいきゅうりの見分け方
果肉が硬く、緑色が鮮やかで重量感があるものを選びましょう。イボがある品種なら、痛いくらい尖っていると新鮮です。曲がったきゅうりとまっすぐのきゅうりに味の違いはありません。



冷や汁は日本各地で独自に発展してきましたが、埼玉ではうどんのつけ汁のほか、ご飯にかけて食べられてきました。新鮮な野菜と冷たい水で仕上げた冷や汁は、炎天下で農作業していた人々にぴったりの料理でした。特にきゅうりは、むくみ解消や高血圧予防効果があるほか、水分も多く含むことから、これからの季節におすすめの野菜。食の進まない暑い日でもさっぱりと食べられますので、夏バテ対策にいかがでしょうか。

Recipe

【材料】 5人分
〈うどん〉小麦粉(中力粉)500g、塩10g、水200g、打ち粉適量 〈かえし〉醤油500cc、みりん90cc、砂糖90g
〈だし〉水2ℓ、かつお厚削り節60g
【作り方】
①小麦粉をこね鉢に入れ、食塩水を加え、初めは粉をゆっくりと持ち上げるように静かに粉と水を合わせる。底の方から粉を持ち上げゆっくりと落とす要領で続ける。
②耳たぶの硬さになったら、体重をかけて生地を押し固め、約2時間寝かせる。
③麺棒を使って3～4mmの厚さに均等に延ばす。(打ち粉を十分に使う)
④生地を屏風たたみにし、包丁で3～4mmの厚さに切り、切った麺をほぐして、打ち粉をよく払い落とす。
⑤沸騰した多めのお湯に麺をほぐしながら入れ、8～12分茹でる。麺が透き通るようになったら、お湯から出してすぐ水洗いする。
⑥つゆは、かえしとだしを合わせて作る。(かえし1：だし4)



次の世代に伝えたい
久喜市の郷土料理②
手打ちうどん

「次の若い世代にも手打ちうどんを受け継いでいきたい」



すぎた たかゆき **杉田 孝行さん**
(所久喜在住)

埼玉県では、稲作の裏作として小麦の栽培が広く行われていたこともあり、全国でも有数のうどん王国といわれています。県北東部の手打ちうどんは強いコシが特徴で、日常食をはじめ、冠婚葬祭や年中行事など、さまざまな場面で食べられています。

所久喜在住の杉田孝行さんは、趣味でうどん作りを始めてこの道約40年の大ベテラン。「私の祖母や近所の方がうどんな作りをしていたことがきっかけで、私も作り始めました。市内外の色んなうどん屋さんを巡って、自分なりに勉強しましたね。」家で毎月家族にうどんをふるまっているほか、親戚や知人にも配っているという杉田さん。「手打ちうどんはコシがあり、歯ごたえがあつてのどごしが良いんです。」杉田さんは埼玉県から「ふるさとの味伝承士」に認定されており、市内でうどん・そば作りの講師としても活躍しています。「教えた方の中で、うどん作りを始めた方もいらっしゃるみたいですね。」郷土の味は、脈々と受け継がれているようです。



▲「おいしい！」できたてのコシが強いうどんに、お孫さんたちも箸が進みます。



▲麺棒を使い分けており、年季の入っているものほど色が濃くなっています。



▲家にあるうどん打ち専用の加工所にて。手際よい手さばきに熟練の技が光ります。

受け継がれる食文化

— 生きた教材を子どもたちへ —

久喜市の学校給食では、日本各地の郷土料理や行事食を毎月献立に取り入れるなど、子どもたちへの食文化の継承に積極的に取り組んでいます。今年2月には、節分献立で「呉汁」を提供しました。6月は「彩の国ふるさと学校給食月間」として、埼玉県の郷土の食べ物、歴史を知る献立を提供します。



▲学校給食で提供された呉汁

編集後記

今回の特集では、食に対する想いを吉田さんと杉田さんにお話しいただきましたが、取材中、思わず料理もご馳走に。作り手の想いが詰まった料理の優しい味に身も心も温かくなり、料理を通して人とのつながりを強く感じました。郷土料理は世代を超えて地域や家族に愛され、それら結びつけてきた大切な食文化であり、次世代へつなげていくことの大切さを再認識する取材となりました。(内田)

伝統の和菓子

久喜市に伝わる

いがまんじゅう



名前の由来は、まんじゅうが赤飯に包まれた形が栗のイガに似ていることから。甘い味わいともっちりとした食感が特徴です。

【取扱店舗※】
愛宕茶屋(久喜中央)
島田菓子舗(鷲宮)

塩あんびん



砂糖の代わりに塩で味付けしたもので、小豆の本来の甘味を引き立てています。昔は砂糖が高級品だったため、庶民の身近な和菓子として親しまれました。

【取扱店舗※】
愛宕茶屋(久喜中央)
田中屋菓子店(久喜中央)
阿良川屋(菖蒲町三箇)

※取扱店舗は「久喜市商工会推奨特産品」カタログ掲載店です。