

給食だより

2021年1月21日
ひばり保育園

1月の献立に取り入れた2つの郷土料理とそのレシピの紹介です。

柳久保小麦のすいとん 【東久留米市 郷土料理】



東久留米市で柳久保小麦を生産している奥住さんに、東久留米市の郷土料理をお聞きしたところ、「元々、東久留米の土地は稲作には適しておらず、昔から小麦を栽培していて、『すいとん』を昔からよく食べていました。是非、子どもたちに伝えて下さい」とのことでした。すいとんは、東久留米以外の土地でも食べられていたと思いますが、今回は、東久留米市でとれた柳久保小麦を使ってすいとんを作りました。

柳久保小麦は、東久留米のJAなどで購入することができますので、ぜひ味わってみて下さい。



〈柳久保小麦〉

江戸時代の嘉永4年（1851）、現在の東久留米市柳窪の奥住又右衛門が、旅先から一本の穂を持ち帰って育て、その中から優良な小麦を見つけ出した。良質の小麦粉がとれ、うどんにするとひじょうにおいしく香りがよくて人気があり、第二次大戦前まで東京各地や神奈川県など近隣県でも栽培された。また、麦の草丈が長いので、麦藁は農家の「わら屋根」にも利用された重要な品種だった。

しかし、戦時中の食糧増産のなかで、収量が少ないこと、倒れやすいことなどから、姿が消えて「幻の小麦」となった。昭和の終わりに、四代目にあたる奥住和夫氏が熱意をもって、農水省生物資源研究所に保存されていたタネを300粒譲り受けて、栽培を復活した。

東久留米市では地域シンボルとして特産化を目指し、行政、JA、生産者、手打ちうどんの会、食改善リーダー、加工業者などが協力して、うどん・まんじゅう・かりんとう・おやき・パンなどをつくって普及する運動を展開。首都圏での地元小麦利用の広がり、明るい食の将来、都市での農的景観の再生、風食防止など土壌保全効果も期待される。

社団法人 農山漁村文化協会より抜粋

すいとん（柳久保小麦）

—材料—
4人分

- ・柳久保小麦（小麦粉）200g
- ・水 100cc位
- ・大根 150g
- ・人参 1/4本
- ・油揚げ 1枚
- ・だし汁 5カップ
- ・塩 小1強
- ・みりん 大1
- ・しょうゆ 大1

【作り方】

- ① だし汁を準備する。だしは、鰹でも昆布でもお好みで。顆粒だしをお湯で溶いても大丈夫です。
- ② 油揚げを短冊切りにし、お湯をかけて油抜きをしておく。大根と人参をいちょう切りにする。
- ③ ボールに小麦粉を入れ、そこに水を少しずつ加えながら混ぜていく。水は適に調節して下さい。
- ④ 鍋にだし汁を入れて火にかけ、大根と人参を加えてやわらかくなるまで煮る。
- ⑤ ④に油揚げを入れて、調味料で味付けをする。
- ⑥ ⑤に③に小麦粉を大きめのスプーンなどで、一口大に落としていく。すいとんが浮き上がってきたら出来上がりです。

※お好みで鶏肉やねぎを加えても美味しいです。寒い季節に食べると、身体も温まりますよ。

きびだんご 【岡山県 郷土料理】



お楽しみ会で「ももたろう」の劇をしたはと組の子どもたちに「きび団子は、作れるんだよ」と伝えると、「食べてみたい!」と言っていました。「はと組も作れる?」と給食室に聞きにきたので、「はと組も作れるよ」と伝えると「やったー!」と子どもたち。

本当は、はと組が作る予定でしたが、新型コロナウイルスの流行の状況を考えて、給食室が作ることになりました。保育園では、子どもたちが食べやすいように、少しさつま芋を加えてきび団子を作りました。

簡単に出来ますので、ぜひお家でお子さんと一緒に作ってみて下さいね!

〈きび団子〉

吉備団子とは、きびの粉と餅米を混ぜて求肥を作り、小さく円形に形を整えて仕上げた餅菓子のひとつ。吉備団子の発祥は、吉備津神社の祭礼における供え物を酒宴の席で振舞ったことから参拝土産品として用いられるようになったとする説や、幕末において岡山城下町の人々が赤色のカキ餅風の和菓子を製造し茶請け用にしたものが起源とする説など、諸説伝えられている。

日本の郷土料理図鑑より抜粋

きびだんご

—材料— (作りやすい分量)

- もち米 2/3カップ
- もちきび 1カップ
- 水 2カップ
- さつまいも 中1本
- きなこ 50g位
- 砂糖 50g位

【作り方】

- ① もち米をとき、水を切って30分位おく。もちきびを混ぜ、水を2カップ入れ、炊飯器ですぐに炊く。
- ② さつま芋の皮をむき、一口大に切って茹で、熱いうちに、つぶしておく。
- ③ ①が炊き上がったらめん棒などで軽くつぶして、②のさつま芋を加えて混ぜる。
- ④ 器にきな粉と砂糖を入れて混ぜる。そこに③を食べやすい大きさに丸めたものを入れ、周りにまぶす。

*「ももたろう」の絵本にてでくるきびだんご。ご家庭でも簡単に作ることができます♪