

旬の“うまい”を 発見

さいはっけん

地域おこし協力隊が見つけた、しらたかの旬の“うまい”をご紹介します。地元の食材で作ることのできる味を、皆さんのご家庭でもぜひどうぞ。



教えていただいた人：植木美和子さんⓄ
中川みさこさんⓄ 菅美代子さんⓄ(山際)



今月の旬
「あけび」

あけびの肉味噌詰め

材料 (約4人分)

あけび……8つほど 糸こんにゃく…1袋
 まいたけ…1パック 味噌………大さじ6
 えのき………1袋 砂糖………大さじ3
 ひき肉………100g
 かんぴょう……1本
 (乾物を水に浸して戻しておく)

作り方

- ① あけびに切れ目を入れて種を取り出す。
- ② 舞茸、えのき、糸こんにゃくを細かく切る。
- ③ ひき肉を炒め、火が通ったら②を入れて水分を飛ばすよう強火で炒める。
- ④ きのがしなってきたら調味料を入れる。味付けは味噌を多めに入れてしょっぱいくらいにする。
- ⑤ ④を冷ました後、あけびの口が閉まるくらいにギュッと詰め、かんぴょうで玉結びをする。
- ⑥ フライパンの底が隠れるくらいの油を敷き、温まったら⑤を入れて強火で5分ほど焼く。油が飛ぶので蓋をする。
- ⑦ ⑥をひっくり返し中火で焼く。3面を焼いたら火を消して油が落ち着くのを待つ。
- ⑧ 油の跳ねる音が聞こえなくなったら皿に移して完成。



地域おこし協力隊
石井紀子さん

あけびの肉味噌詰めは大好きで、取材できてうれしい一品でした。千葉ではあけびの種を食べますが、山形では皮を食べると聞いて驚きました。よくぞ皮を調理したかと、先人に感謝です。

あけびが食卓に並ぶのもう秋だと思います。食欲の秋到来です！きのこが早く収穫できないかと待ち遠しいです。

▼60年ぶり蘇えった高玉芝居瑞龍院上演。「昔はこんな感じて芝居が行われていたのか」と、過去にタイムスリップしたような気持ちになりました。もちろん私の勝手なイメージですが。

▼一度なくなってしまうものを再び形にすることは非常に難しいことですが、復活させたいという熱意や心意気があれば不可能ではない。「思いはカタチになる」のだと学ばせていただきました。そして、地元で生きる私たちが興味を持ち、後世へと語り継いでいくことで物語はいつまでもつながっていくのだと感じました。

▼貼まつり、工芸体験まつり、高玉芝居、若鮎マロンなど、イベント満載だった9月。どの現場でも何百枚と写真を撮りましたが、なかなか納得のいく写真は撮れないもの…。技術もそうですが、感動の瞬間に立ち会える“運”も身につけていかなければと感じた今日この頃でした。(つひか)

