

どろどろくらぶ

山の資源 クルミを生かす 乾燥保存 米・豆・芋から・木の実



実りの秋、山の木の実に始まり、大切なお米、豆、芋など、収穫と乾燥、保存に忙しい季節です。下旬になれば白菜や大根の穫り入れと、気ぜわしくなりますね。

クルミの保存

自然に生えているクルミの保存の仕方、松原の石原みち彘さんにお聞きしました。

稲刈りの後（10月初）、房になつて木についているクルミをはさみでチョッキンチョッキンと切つて収穫。その後また落ちてきたのを拾いました。たった1本の木ですが、全部でネットに7、8袋あります。



ネットのまま土の中にいけて、殻を包んでいる果肉を腐らせます。



山のクルミは標準和名をオニグルミと言います。自然の中では、実が落ちると周りの果肉が腐って、コルク質の殻が水に浮かんで川に流されていきます。それが岸辺に着地して芽

クルミの果肉の腐らせ方のいろいろ

- ・土にいける
- ・草をかけておく
- ・川にふせる（土のう袋に入れる）

10月末、土から取り出して小川に入れて足で踏んで果肉を大体こそげ落とします。



あまり踏み過ぎるとネットが破れます



これを数日間日に当ててよく乾かします。



乾燥したクルミの実は何年でももちます



を出すので、川の両側によく生えています。そのまま海まで流れて行くものもあります。根羽ではほかにヒメグルミというものも使われているようです。

クルミの割り方

フライパンなどで加熱すると少し口を開けるので、それを割る。

便利クルミだけ

播つてから砂糖、みりん、しょうゆと合わせて容器に入れておく。2、3カ月もつ。

- ・焼き餅につける
- ・里芋を煮てつける
- ・じゃがいもをゆでたのを焼いてつける

そのほかのクルミの使い方

- ・あえものにする
- ・五平餅：砂糖・クルミ・しょうゆの順に播る。その後、生卵を入れて播つてもよい（そうするとたれが落ちない）。
- ・巻き寿司のしんに入れる
- ・からすみに入れる
- ・パンに入れる

インゲンのクルミあえ



米

米は究極の保存食。普段の日から祭りやハレの日まで、いろいろなところで食べられます。

◆山の講のお供えとごちそう

- ・五平餅
- ・おはたき（米をくだいたものを生のまま団子にして進げる↓下げてください）

◆11月の普段のごはん

- ・味御飯（一年中）
- ・栗御飯
- ・五平餅（ねぎみそ、えごま、くるみ、にんにくの芽）
- ・おはぎ（きなこ、あんこ、えごま、黒ごま）

乾燥保存

米、豆、芋がら、種実、果実など、乾燥させて保存するものは日常の料理に欠かせません。

えごま



里芋のえごまからめ

豆



花豆の甘煮

栗



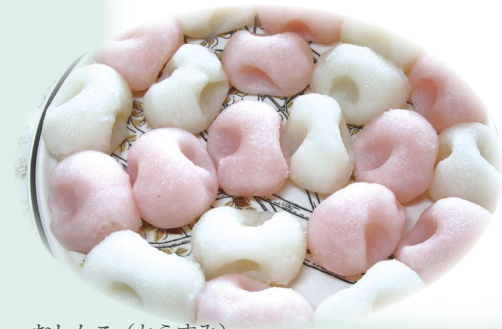
栗の渋皮煮



豆餅



小豆あんのおはぎ



おしんこ（からすみ）



栗おこわ



赤だつの酢漬け



赤だつ

赤だつとこんにゃくの煮物

＜材料＞

赤だつ、油揚げ、こんにゃく、にんじん、しいたけ、醤油、砂糖、粉末だし、油

＜作り方＞

赤だつとしいたけは水で戻し、こんにゃくと煮る。後から油揚げとにんじんと和える

赤だつは里芋の一種の「ハツ頭」で、茎が赤い。秋には茎（芋がら・ずいき）を生で酢漬けにして食べる。乾燥させて保存すれば冬の煮物に重宝する。

10月のごはんとごちそう

＜昭和40年頃まで＞

◆運動会

朝、卵やへぼを食べて力をつける

＜昭和40～64年頃＞

◆稲刈り（刈り上げ）のごちそう

おはぎ（ぼたもち）、五平餅、

◆祭り

団子（各家庭から米を集める）

◆お月見

かぼちゃ煮、さつまいもをふかしたの、枝豆、あんころもち

◆普段のおやつ

ふかしたさつまいもを山田で食べる

11月の食のだんどり

豆の乾燥・保存

里芋をモロ（横穴）へ貯蔵

干し柿づくり



はちや柿のづくし こうせんかけ

柿は山仕事や田植えのおやつだった

昭和40年頃まで、柿を4つ割りにして皮がついたまま干して、翌年の田植えの頃まで食べた。