

Vol.12 2015年3月発行

国道399号線でつながる5市町村、 飯舘村、浪江町

R399

ABUKUMA ROMANTIC ROAD

あぶくまロマンチック街道構想推進協議会 (通称あぶ

ロマ)です。震災によって失われつつあるふるさとの

津島、葛尾村、田村市都路、

川内村の元気を発信する

ロマンチック街道

ニシンの昆布巻き

昆布は、この場合はこぶと読みます。 こんぶがこぶと呼ばれるときは おいしく料理してもらった時です。



[材料]約10人分	}
乾にしん	4枚
昆布	20 センチくらいを 16 枚
かんぴょう	
酒	
みりん	
砂糖	
しょうゆ	



- · 昆布は、水と火にかけ、柔らかくなるまで煮て、ザル
- 柔らかく煮えた昆布を切り口を手前にして横に4枚 並べて、戻したにしんを1枚横にして巻く。
- かんぴょうを2回まわして、切る幅に合わせて結ぶ。 ・ひたひたになるくらいの昆布を煮ただし汁に、砂糖・ しょうゆ、みりん、酒を加え、落とし蓋をして煮る。



あぶくまで好ん

の人々は、昔ながらにニシ ています。 シン漁はめっきり不漁とな

お魚を昆布で巻

近年では福島県沖でのニ

子生婦などと漢字をあてられ ている食材です。繁殖能力が高 子生夫、

季語にもなっているニシンの がよさそうなこんぶです。 えんぎものの昆布と、 う漢字をあてても、 子宝でなくても、 幸運夫と

あぶくまロマンチック街道構想推進協議会

伊達巻

おしゃれを意味する伊達の伊達巻き。 大事なお正月料理ですが お客さま向けのものだったようです



[材料] 約10人分	
卵	8個
はんぺん	100g
砂糖	大さじ 6
みりん	大さじ1
だし汁	大さじ4
łti	小方



[作り方]

- ・オーブンは 180 度に温めておく
- 入れ、滑らかになるまで撹拌する。
- ・サラダ油を薄く塗った天板に一度に流し込み、15~
- ・熱いうちに巻きすで巻き、冷めてから切る。



意されたものでした。 を献上します。 感謝をこめて、このごちそう てくれていたおうちの神様に の日には、この1年間に見守っ は、たくさんのごちそうが用 お魚や煮しめが並ぶ年取り さて年取り 大晦日に 年取

お料理が食べられるのは1年 ていましたから、こういった はたいへん質素な暮らしをし のごちそう。昔のあぶくま地方 用意をしなくても、 品ですが、

おせち料理には欠かせない うのひとつです。伊達巻きは でたいへんなごちそうでした。 米を炊きます。炊き立てのご飯 ひつに入れてその日1 が食べられるのは、それだけ 日には夕方になると新しくお ていたものですが、 のうちに炊き上げたものをお 伊達巻きも、そんなごちそ いつもなら、 おせち料理として 年取りの ご飯は朝 日食べ

まってバケツをくれました。今 年末になると伊達巻きを作り たといいます。近所の商店は、 使って作りますが、 お店に並べていたものでした。 てくるというところも多かっ から家庭で作らず、お店で買っ 各商店ではお正月に買い物 お年賀になぜか決 その工法

くまの年取り料理でした。

伊達巻きは、はんぺんと卵を

浪江町の郷土料理を愛する会

ではなつかしい思い出です。

きんぴら

繊切りにした食材を甘辛く炒めます。 きんぴらの名は、金太郎こと 坂田金時の息子、金平が由来とのこと。



・フライパンに油を熱し、ごぼうと人参を入れ、しん

・しょうゆ、みりん、お酒、七味をいれ、からめる。

なりとして色が変わるまで炒める。

年取りの行事だったのです。 はおせち料理を用意してお祝 けです。今でこそ、 となります。お正月料理ではな 月ではなく大晦日が行事の日 もとは年明けのお祝いよりも、 に根づいてきていますが、もと いする行事もあぶくまの地方 あぶくまの山あいでは、お正 年取りの料理、 お正月に というわ

かぞえで数えました。生まれ うな意味ですが、 年取りとは、年越しと同じよ 昔は年齢は

ているのだと思います。 年取りとは、そんな意味を持っ なのでお正月が来れば、すべて の人が等しく年年を取ります

ているお料理でもあります。 縁起のいい食材として知られ ただくお料理でもありますが

あぶくま地方の

のとされていて、江戸時代から 田金平という豪傑の人気にあ

強さや丈夫を願うも

えると2歳になる数え方です

浄瑠璃の登場人物である坂

きんぴらごぼうは、一年中

取りには、滋養たっぷりの んぴらがごちそうで べていたようです。 寒い冬、

ちろんきんぴらは、 した。

浪江町の郷土料理を愛する会

料理には、 なかったといわれてい くま地方ですが、 おせち料理は特に用意をし やはり日本の他の くるあぶ 品の

ものを、この時期に選んで食 地方とも共通する縁起のよ