

ちよん
い
広場

おむすび

第103号
2020年12月1日発行
三芳町社会福祉協議会
TEL 049-258-0122
FAX 049-258-0180

《ふるさとシリーズ》第一回

「ふるさととは遠くにありて思うもの…」

懐かしのふるさとには

どんな思い出がつまっていますか？

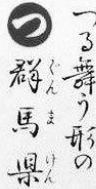
「おむすび」では今までに、ボランティア団体紹介・施設紹介など、いくつかシリーズ企画がありました。今回「ふるさとシリーズ」を企画しました。今年はコロナ感染予防の自粛で、ふるさとに帰ることもままなりません。そこでせめて皆さんからふるさとの思い出、「郷土の名所」や「名物料理」、「昔遊んだ思い出話」など寄せていただき、懐かしんだり楽しんだりできればと考えました。

シリーズ第一回の今回は、福島正彦さんからの「お国自慢」です。読者の皆さんの中で「私のふるさととは…」とお話しいただける方がいましたらぜひ配達員までお声掛けください。記者がお話をお聞きにお宅まで出向きます。

我がふるさとの自慢料理

群馬名物「おつきりこみ」は

いかがですか！



投稿・福島正彦さん
《鶴舞う形の群馬県》

これは群馬県人なら老若男女誰もが知っている「上毛かるた」の「つ」

の読み札です。

その群馬の美味しい郷土料理、家庭食として幅広く親しまれている「おつきりこみ」をご紹介します。



◆鍋で煮込んだうどん料理

小麦粉で作った幅広の手打麺を、粉がついた生麵のまま、野菜を中心とした具材の鍋で煮込んだ麺料理です。埼玉の北部でも「煮ぼうとう」



がありすが、ほとんど同じ料理になります。

群馬・埼玉とも利根川水系の肥沃な土地で、昔から全国的に小麦の生産量が多く、「うどん文化」が根付いているという背景があります。

ちなみに群馬・埼玉では、コンビンにも地域・期間限定で、それぞれ「おつきりこみ」「武州煮ぼうとう」が置いてあります。



埼玉煮ぼうとう

また、山梨の「ほうとう」も見た目は同じですが、「ほうとう」は「味噌」ベースのつゆに「かぼちゃ」が入っているのが決まりなので、似て非なる料理です（観光客用に創作された料

理なので、有名だけれど家庭での馴染み度が、群馬・埼玉とは違います）。

◆味付け・具材は好みで

麵は塩を入れずに打ちますので、うどんのような「こし」はありません。そもそも家庭食として親しまれて来た経緯から、各家庭により、つゆの味付けも具材も千差万別です。

つゆは醤油味または味噌味がありますが、家庭によりそれぞれで、具材の野菜は根菜類がよく使われます（間違ってもかぼちゃは絶対に使いません）。

ちなみに、我が家ではかつお出汁の醤油ベースの鍋に、鶏肉・油揚げ・大根・人参・里芋・ごぼう・しめじを入れ、ぐつぐつ煮たところへ、おつきりこみ用の生麵（群馬のほとんどのスープパーで

裏面へ続く



しめじ



ごぼう



里芋



人参



大根



油揚げ



鶏肉

麺売り場に置いてあります)をそのままダイブさせ、さらに煮込んでいきます。



群馬に帰った時に、福島さんが行く蕎麦屋「けむりや」とメニュー

◆これが「通」の食べ方!

食べ頃も人それぞれで、つるつる感が欲しい人は、麺に味がしみ込んだらお椀に取り分け、ゆずの皮や三つ葉を添えていただきます。この段階ではど越しが良く、具材も程よい歯触りで、明らかに麺料理だとわかります。

さらに煮込んで、麺も具材も混然一体となつてつゆに溶け込んだ状態で食べるのが、「通」の食べ方になります。

ドロドロになつたおつきりこみ(ほとんど流動食)は、お酒の締めにも最適で、さらに翌日の朝食時では、スムージー状のほとんど

ど原型をとどめない料理になつており、二日酔いの胃にとてもやさしい「飲み物」になつていきます。

我が家の嫁は東京出身ですが、「おつきりこみ」はしっかりと受け継がれ、すっかり家庭の味になりました。

さてと、今夜も一杯飲みたくなりました!

「おつきりこみ」がなぜそう呼ばれるのかはその作り方にあります。「おつきりこみ」は「おきりこみ」ともよばれますが、漢字では「おっ切り込み」、「お切込み」と書きます。「切り込み」とは麺を「切っては入れ、切っては入れ」る事を意味していて、野菜などの具材を煮込んでいる最中に麺を手早く切り込んで鍋に入れていくわけです。

昔はどの家庭にも囲炉裏があつて、その囲炉裏で鍋の中にたくさんの野菜を入れて、火をかけて煮込んでいる最中に麺を入れていきました。昔の上州、現在の群馬県の女性達が農作業を終えて夕食を作る際に、時間がないからと手っ取り早く野菜と麺を「切り込んで」作ったとも伝えられています。(編集部取材より)

冬は寒さも増して乾燥してきますので何より火の用心!

今月の俳句

小春日や足の向くまま

ふらふら

何もせずざわつく心十二月

霧の海すつぽり埋まる 所在かな

作・島津和子

くたびれて夜長を妻に引き渡す

語尾上がる 訛正さず おでん酒

起重機に 笛の合図や 暮早し

作・半澤久夫

「みよしいもっこ体操」

日程表

◆藤久保一区

未定です

藤久保一区・第2集会所

◆藤久保四区

未定です

藤久保四区・第1集会所

受付はいつでも10分前からです。

インフルエンザの予防注射はしましたか? まだまだコロナ感染に要注意です。

サロンと会食会の次回・次々回の予定

★ふれあい「ほっとサロン」未定です

藤久保四区・第4集会所

会費・100円

★おともだちサロン未定です

藤久保一区・第2集会所

会費・100円

★なかよし

毎週火曜日 9時~

俣埜(またの)公園で

ラジオ体操をしています

★なごみサロン(開催場所注意)未定です

藤久保二区・集会所

会費・100円

★高齢者会食会「ひまわり」

1月6日(水) 10時~12時

2月3日(水) 10時~12時

ふれあいセンター

会費・無料、昼食無し

対象は65歳以上の一人暮らし高齢者