

串間の料理、作ってみませんか 皆さんの食卓で、地産地消を。

THE SLOW FOOD

17ページで紹介する、串間市食

生活改善推進協議会の皆さんが作成したレシピ集『串間の料理集』。その中から今回は、夏に向けたあっさりメニューをご紹介します。会長の井上久美代さんにお話を聞きました。

主食は『あっさりずし』。みょう

がとちりめんじゃこが散りばめられています。副菜には『ホウレンソウの卵巻き』を用意。ニンジンとホウレンソウを卵で捲いたシンプルな一品。汁物は『すり身団子のすまし汁』。さっぱりした味です。最後に、デザート『ニンジンゼリー』を食べれば暑さも吹き飛びます。



成したこのレシピ集。作成



串間市食生活改善推進協議会 会長
井上久美代さん(68歳)
メンバー全員で作りました。今後は若い人が作りやすいものやお年寄り向けのメニューも考えたいですね。

時の話を聞くと「メンバー全員が主婦の達人。みんなで教え合いながら楽しく作りました」と井上さん。「串間の皆さんの食生活の改善。それが目標です。でもこのレシピ集から一品でも作って、みんなが『おいしい』と笑顔で食べてくれる。それだけでわたしたちは嬉しいです」。



「串間の料理集」こぼれ話

ここでは取材中にお聞きした、今回のメニューの秘密をご紹介します。

- あっさりずし
風味を出すために、お米を炊く前に昆布だしを入れるのが秘訣。みょうがが利いていますが、子どもにも食べやすい味です。
- ほうれん草の卵巻き
白身を減らすことで卵の黄色が鮮やかになります。ザルで

こすとさらによいとのこと。

- すり身団子のすまし汁
このお団子、なんとゆで卵が入っています。この不思議な組み合わせは、余った食材を足し合わせて生まれました。
- ニンジンゼリー
ニンジンの味を活かしつつ、オレンジジュース、レモン汁を追加。子どもが喜ぶ健康メニューです。



【三戸サツエ先生を偲ぶ会】
◎日時=8月5日(日)
◎場所=市木地区・幸島前海岸
◎内容
・海岸清掃(午前10時) ・水戸先生の生涯(紹介)
・三戸先生の思い出を語る会
・講話「三戸先生からわたしたちがもらったもの。そして引き継ぐもの」

・串間太鼓「神童」、仲良し子どもベンチャーズによる演奏(11時~)
◎自由参加による自然見学会
・幸島周遊コース(有料)
・幸島への瀬渡しコース(有料)
*料金は未定。通常より安価で提供。
◎その他=参加費は無料。どなたでも参加可能。
◎問い合わせ先=三戸サツエ先生を偲ぶ会実行委員会 会長・吉田さん ☎74-1976

今から8年前の2004年冬ごろの三戸サツエさん。幸島にて。銀髪をなでる冷たい海風にさえ心地よさそうに微笑む。

幸島の母、三戸サツエさんを偲ぶ 三戸さんが自然から学んだ大切なもの。その思いを引き継いでいきたい。

「ほかになにもなかったから、とみそ汁の具にりんごを入れるような人でした」と話すのは吉田宗充さん(大東地区・清水)。吉田さんが語る冒頭の『人』とは今年4月に97歳で亡くなった三戸サツエさんのこと。三戸さんは市木地区・石波に住み、半世紀にわたり幸島のサルを研究。平成11年に藍綬褒章(自然保護功績)を受章し、著書「幸島のサル」ではサンケイ児童出版文化賞、吉川英治文学賞を受賞するなど霊長類学に大きく貢献しました。そんな三戸さんを慕う人は数多く、吉田さんもまさにその1人。三戸さんを「気さくでざつくばらん。だれのことも受け入れ人だった」と述懐します。



三戸サツエ先生を偲ぶ会 実行委員会 会長
吉田宗充さん(51歳)
日程は夏休み期間中なので、ぜひ多くの子どもたちに来てほしいですね。幸島の自然を満喫してほしいです。

により実行委員会を立ち上げました。吉田さんは同会発起人の一人であり、また会長も務めています。「三戸さんの本を通して、また本人とのふれ合いの中で感銘を受けた方は子どもから年配者までたくさんいます。そんな人たちの思いを汲むためにも何かできないか」とこの会を企画しました」と吉田さん。また「自然と平和を愛し保護活動が続けた三戸さんの想い、そして三戸さんが愛し守ってきた自然たちを多くの皆さんに感じてほしい。ぜひ家族みんなで参加してもらえたらうれしい」と話します。



THE SLOW LIFE