

# しもつかれ

鳥取県埋蔵文化財センター 青谷上寺地遺跡調査担当 係長

きみ じま とし ゆき  
君嶋 俊行



●しもつかれ

「しもつかれ」。ほとんどの人にとって、日常使うこともなければ、聞いたことすらないような言葉だろう。私のような、栃木県で生まれ育った人間を除いては…。あるいは、森高千里の名曲『ロックンロール県庁所在地』の歌詞に出てくるのをご記憶の方もいるかもしれない。その方でも、これが栃木県の郷土料理であることまでご存知かどうか。

「しもつかれ」。不思議な響きの名前である。何を材料とするどんな料理なのか、名前からは見当がつかない。子どもの頃の私は、栃木県の旧国名「下野(しもつけ)」と関係あるのではと思っていた。語源には諸説あり、「しもつけ」に由来するという説もあるが、有力なのは「酢むつかり」が変化したという説のようだ。「酢むつかり」は鎌倉時代の説話集『古事談』『宇治拾遺物語』に登場する古い言葉で、炒った大豆に酢をかけた料理らしい。それが長い年月を経て栃木県に伝わり、名前も作り方も変化を遂げたということなのだろう。

現代のしもつかれの標準的な作り方は、「おろした大根・ニンジン、大豆、塩鮭を酒粕と一緒に煮込む」というもの。大根やニンジンは「鬼おろし」と呼ばれる竹製の頑丈なおろし器でおろす。作り方は地域や家庭によって少しずつ違うようだが、我が家の食卓にのぼったのは、母がスーパーで買ってきた市販品だった。

書物には「余り物を使った日持ちのする冬場の救荒食として、江戸時代頃から食べられるようになった」「2月の初午の日に、赤飯とともにお稲荷様に供える行事食」とも書かれている。ただし、私はそのようなお供えをした記憶はない。思い出すのは、学校給食や自宅の夕食に出されたしもつかれを前に箸が

止まり、無口になった自分。

この料理、とにかく見た目が強烈な個性を主張している。黄土色でどろどろしていて、これが本当に食べ物なのかと不安になる。加えて、芳醇な酒粕の香りも格別だ。私は酒粕が苦手で、甘酒も飲めない。いわゆるしもつかれにおいてをや。

早いもので、鳥取県に奉職して以来、しもつかれを「食べなくて済む」生活も15年を超えた。もちろん郷里の風景や空気の匂いは今でも時折思い出す。ある日ふとしたことで、もう一度しもつかれを食べてみたくなった。というより、どんな味だったかを思い出してみたくなった。母に連絡し、市販のパック入りしもつかれを送ってもらった。少し緊張しながら封を切り、器に盛り、箸をつける。酒粕の香りが広がるとともに子どもの頃の記憶が甦る。

数日後、母からメールが届いた。「久しぶりの味、どうだった?」「やっぱり俺の口には合わない」「だめか。栄養は満点なのだけれどね。」母の溜息が聞こえた気がした。お袋、郷土料理を愛せない息子を許してくれ。

誤解の無いように付記するが、あくまで偏食の私の口に合わないというだけであって、一度好きになったらやめられないというしもつかれファンは大勢いる。もし機会があったら、ぜひ勇気を出して、一口食べてみていただきたい。私の母の言うとおり、栄養満点のヘルシー食である。なにしろ「しもつかれを七軒食べ歩くと病気にならない」とまで言われているのだから。

TOCHIGI

# 山口県周防大島の茶がゆ

鳥取県埋蔵文化財センター 青谷上寺地遺跡調査担当 係長

はま だ たつ ひこ  
濱田 竜彦



●茶がゆ(ソラマメと団子入り)

ひと月に数度くらいだったか。我が家(実家)では、お茶で米を炊いた「茶がゆ」を食べていた。不格好な団子入り。材料は小麦粉や米粉である。冬場にはサツマイモが加わるが多かった。季節のものが具となり、初夏にはソラマメが入る。昔はカンコロ粉(サツマイモの粉)の団子も入れていたらしい。

幼少の頃は、たまに茶がゆを食べるのが食事というものなのだと認識していた。ところが、あるとき、茶がゆが食卓に並ばない家庭があることに気づく。なぜ我が家では茶がゆを炊くのか。少し疑問に感じたものだ。

その理由にいつごろ気づいたのかは覚えていないが、茶がゆを頻繁に食べていたのは、父母が瀬戸内海に浮かぶ周防大島の出身だったからだと知る。昭和29年に編さんされた周防大島の『久賀町誌』によると、当時の島の一般家庭は茶がゆを主食にしていたらしい。だから私の両親は島を離れてからも習慣的に茶がゆを炊いていたのである。

島の平野は狭く、水田に適した土地は多くない。

昔は米を節約しながら、お腹を満たすために茶がゆを食べていたのである。小麦粉などの団子や季節の具材はかさ増しに他ならない。お茶で炊くことについては諸説あるが、茶の風味を加えることが、粥を美味しく食べる島人の工夫だったのではないかと、私は勝手に推察している。

団子が不格好なのにも意味があるように思う。この団子は小麦粉や米粉を練って丸めたものではない。粉をゆるく水で溶き、箸ですくい鍋に垂らしたものだ。すると粥の中でトロトロ、モチモチした団子となって、かさ増しにも美味しさが増す。

いつの間にか故郷の山口県で過ごした年月よりも、鳥取県の生活が長くなった。最近ではたまの帰省に茶がゆをリクエストする。子どものころ、さして美味いと思っていなかった茶がゆが、とても味わい深く感じられるのは、島育ちではない私の中にも周防大島の記憶が伝わっているからかもしれない。

YAMAGUCHI

SUO-ŌSHIMA

## 周防大島の茶がゆレシピ (サツマイモと団子入り)

(分量4~5人分)

各家庭で少しずつ作り方が違うと思いますが、一例を紹介します。

- ①手頃な大きさのお鍋に水(10カップくらい)をはる。
- ②豆茶(小さじ2杯くらい)をお茶パックに入れ、強火で煮出します。ほうじ茶などでもよい。
- ③お茶が濃い褐色になったらお茶パックを取り出し、一口サイズに輪切りしたサツマイモ(皮付き)を投入。
- ④お米(1合)を入れ、強火で炊く。
- ⑤ときおりアクをすくう(気にならなければ省略)。
- ⑥10分くらいいたら、水で溶いた小麦粉または米粉を箸で適量、鍋に落とす(垂らす)。
- ⑦団子が固まり、サツマイモとお米が柔らかくなったらでき上がり。

