

知恵と技、飯山の郷土食

未来へつなごう ばあちゃんの味 かあちゃんの味

協力：飯山市「食の風土記」編纂委員会

6月の食ごよみ

●食の段取り

山菜の塩漬け、ぜんまい干し、きやら^{ぶき}蓆、里芋・さつまいも苗の植え付け、竹の子採り、梅漬け、梅酒

●第11回●

田植えの疲れも
吹き飛ば

田植え煮物



■田植え煮物の材料・作り方

材料(4人分)：じゃがいも 400グラム、にんじん 100グラム、にしん半干し 2本、わらび(塩漬け) 400グラム、凍み大根 1本、水 5カップ、しょうゆ 大さじ4、塩 ひとつまみ、砂糖 大さじ4、だし 5グラム、酒 大さじ2

- ・わらび・・・前日より流水で塩出しをしておく
- ・凍み大根・・・前日より水につけて戻しておく

作り方

- ①凍み大根は水につけて戻したものを一口大に切ってゆでる
- ②じゃがいも・にんじんは2センチ大の乱切りにする
- ③にしんは2センチ大に切る
- ④わらびは塩出ししたものを3センチに切る
- ⑤材料すべてを鍋に入れ調味料を加えてやわらかくなるまで煮る
- ⑥味を調べて火を止める

■今月の食にまつわる話…

『田植え煮物ときなこむすび』

凍み大根は水を多く含んでいるため、田の水に困らないと言い、きなこむすびは黄金色で豊作を願うとされ、田植えには欠かせない品だった。

田植えは短期間に多くの労力を必要とし、ええっこやとうど衆により作業をこなした。大勢で食べる野良でのこびれで田植えの疲れも吹き飛んだ。

美術館報 美術情報

常設展示

長谷川青澄作
『凌霄花(フウゼンカズラン)』
2階ギャラリー展示作品から



- 常設展示：飯山ゆかりの画家たちの作品を展示
- 入館料：大人 300 円、市内の小・中学生は入館無料(引率、同伴の方を含む)。※入館無料の日は毎月第3日曜日
- 開館時間：9：00～17：00(入館は16：30まで)
- 休館日：毎週月曜日

利融通情報 ~不用品の交換~

◆譲ります(無料)

☞オルガン(木製) ①☞マッサージチェア①

◆譲ってください(無料)

☞スノーシューター②☞画材・楽器類☞幼児用具一式(ベビーベッド等) ①☞電話機(プッシュ式) ①

◆譲ってください(有料でも可)

☞除雪機②☞風呂釜①☞耕運機(歩行型) ①☞かき氷作成機(中～大型) ①☞粉殻カマド①☞小学生用スキーウェア①☞ピアノ①

※希望される方は、生活環境室(電話62-3111内線192)までご連絡ください(掲載期間は6か月間です)。掲載の品物の登録者をご紹介しますので、当事者間で交渉をしてください。なお、品物の引き渡しに生じた問題は当事者間で解決してください。

※マタニティ・子育て用品の無料リサイクルを常時行っています。ご希望の方は、つまようじ代表の石塚薫さんまで直接連絡してください(電話67-2564)。

▼11ページで信越トレイルのイベントをご紹介します。信トレが運用開始となる直前の昨年6月に、私も一日だけコースの整備に参加しました。その日は森の斜面に人の歩くことのできる道を手作業で作ったり、折れた木などを利用して階段を作る作業などを行いました。神秘的な森の中での作業で、すがすがしい気持ちで一日を過ごすことができました。今年のイベントも都合をつけて参加できたらと思っています。▼今月から「ふるさと館だより」が加わりました。これから3ヶ月に一度掲載していきますので、これまでのものと同様、ぜひお読みください。二ノ宮

編集後記