

食欲のないときにピッタリ!
そうめん寿司

旬の食材を使った 今月一品



材 料
〈4人分〉

- そうめん……………200g
- 焼きのり……………4枚
- めんつゆ……………適量
- わさび……………適量
- 卵……………2個
- 砂糖……………小さじ1
- 塩……………少々
- キュウリ……………1/2本
- ニンジン……………60g
- 大葉……………12枚

作り方

- ①卵に砂糖、塩を加え、よく溶きほぐし、薄焼き卵を4枚作る
- ②そうめんは8束に分け、タコ糸で片方の端を縛って、熱湯で固めにゆで、冷水にとり、ざるにあげる
- ③キュウリ、ニンジンは細長く切る。ニンジンは、しっかりとゆでておく
- ④巻きすにのりの表を下にして広げ、薄焼き卵を敷く
- ⑤②のそうめんの2束分を卵の上に広げ大葉を3枚のせ、キュウリ、ニンジンを中央に彩りよくのせ、巻きすで巻く
- ⑥⑤を食べやすい長さに切り、盛りつける

山柳

若狭湾川柳舎

お日様も不器用なかついて来る
野代 津田トシ子

四面楚歌視界を開く策を練る
大湊 森松 ひろ

揺れ動く葦一本に つくる
小浜酒井 牛田 東

留守なりしテラスも窓もバラ咲いて
駅前町 津田 晴子

日傘より昔の声の遠会釈
羽賀 藤田 政子

夜の間にまきついて 力満つ
三分一 小畑 公

俳句

小浜市俳句連盟

「おかわり」と茶碗さし出す孫二人
和多田 芝 幸子

母でなく妻の座でもなきわが居場所
それとなく日日風の音聴く
小浜広峰 山脇 延子

やうやうに慣れぬ手つきで嬰子に
初乳含ます娘は母の面
遠敷 山本 保子

短歌

小浜市歌人協会総会歌会

きらり

おばま 人

イタリアのスローフード協会国際本部が進める、食の世界遺産「味の箱舟(アルカ)」。各地方で伝統的に栽培、食されてきたものの、このままでは消えてしまう恐れのある食べ物を、さまざまな支援策によって守ろうという運動で、スローフード運動の核となる取り組みのひとつです。この「味の箱舟」に、内外海地区などに昔から伝わる「サバのなれずし」が認定されました。

スローフード若狭おばま会長の杉谷さんは、「日本では、まだ十五品目しか選ばれていないですよ。その一つに選ばれたことは素直にうれしいですね。認定されるためには、さまざまな



スローフード若狭おばま
会長 杉谷 光由さん(46歳・山王前一丁目)

「サバのなれずし」が食の世界遺産に

要件を満たす必要がありますが、「特別にいいこと(土地の習慣や伝統が基準)」などはピッタリだと思えますね。若狭の誇りですよ」と話します。

平成十七年十一月に結成されたスローフード若狭おばま。「若狭の食材を利用して何かできないかと考えていたところ、ある人の紹介でスローフード協会を知りました。福井県になかったこともあり、協会設立に向け勉強していくと、スローフード運動は本当に素晴らしいことだとわかりました。決してファーストフードが悪いと言ってるんじゃないんですよ。偏らず、共存共栄できたらいいと思うんです」と結成のきっかけを話す杉谷さん。

「家庭での食育を広めたい」「乱れた食生活を何とかしたい」「家族で作って家族で食べて、おいしいと感じてほしい」を目標に、さまざまな活動をしているスローフード若狭おばまのメンバー。

「今後は食に関するいろいろな行事を企画していきたいですね。わたしたちの活動で一人でも多くの人が食に関心を持って、意識を変えてくれたらうれしいですね」と杉谷さん。「食の喜び」を取り戻すため、これからも活動は続きます。

●あなたの周りの「きらり輝いている人」「生き生きしている人」(グループも歓迎)を紹介してください。 市長室 ☎ 53・1111 内線 325

広告

広告

広告

広告

広告

広告