

地産地消は、鮮度や値段、そして安全面の他、食料の調達が環境に負荷を与えないようにというフードマイレージの視点からも重要視されています。皆さんも地産地消を意識したレシピを工夫して明日のメニューに添えてみてはいかがでしょうか。

今回は、2005年度にふるさとづくり賞振興奨励賞を受賞した宮城県本吉町の「馬籠新興クラブ」から「かぼちゃ饅頭」のレシピを紹介します。「馬籠新興クラブ」は、地域住民が、子供たちの笑い声が響きあう活気あふれる地域づくりを目指して立ち上げた実行組織で、「馬籠宿・いっぷく茶屋」（直売施設）を開設し、地元産の新鮮な野菜、米、餅、木工芸品、炭、花卉、山菜などを低価格で販売し好評を得ております。地域では、現在、特産物の掘り起こしに取り組んでいるということです。

かぼちゃ饅頭

● 子供の頃食べた懐かしい味（馬籠宿・いっぷく茶屋）

馬籠新興クラブ事務局長 千田 清

● 宮城県本吉町

本吉町は、宮城県の東北部にあり、気仙沼、本吉地域広域圏のほぼ中央に位置し、雄大なリアス式海岸を形成しており、南三陸金華山国定公園に指定されております。

日本の水浴場55選の大谷海水浴場、山つつじ群生日本一の徳仙丈山、奥州平泉の藤原秀衡が深く信仰したと言われる田束山等、海と山、豊かな自然に恵まれた美しい町であります。

馬籠は、850年前、田束山に登るための宿場町として栄えた地域であり、平泉の黄金文化を支えた金産出の地名、史跡も数多く存在します。

いっぷく茶屋の「かぼちゃ饅頭」は、昔、子供の頃によく食べた懐かしい味を伝える地元生産のかぼちゃを使った「田舎の郷土食」です。

● 「かぼちゃ饅頭」の作り方（50個分）

たくさん作ってみんなで食べる方がおいしいですよということで、50個分の材料の分量を示していますが、それぞれの状況（人数等）に応じた分量を勘案して作って下さい。

1. あんこ作り

・材料	小豆	1.5 kg
	砂糖（上白）	1.0 kg
	砂糖（ガラメ）	1.0 kg
	塩	大サジ1杯
	醤油（隠し味）	大サジ1杯

上記の材料を5時間位中火、弱火で煮詰めます。

2. 生地作り

・材料	小麦粉	1 kg
	ベーキングパウダー	30 g
	蒸しパンミックス 白	500 g
	黒	300 g

上記を4回位フルイにかける。

3. かぼちゃ粉碎

・材料	かぼちゃ	150 g
	砂糖	大サジ1杯
	塩	大サジ1杯

上記をミキサーで混合し、2. の材料を加え、水を適量入れながら耳たぶ程度に練る。

4. 練り上げた生地に「あんこ」を適量包んで形を整え、蒸し器で蒸して美味しい「田舎の郷土食」いっぷく茶屋特製「かぼちゃ饅頭」のでき上がりです。

