

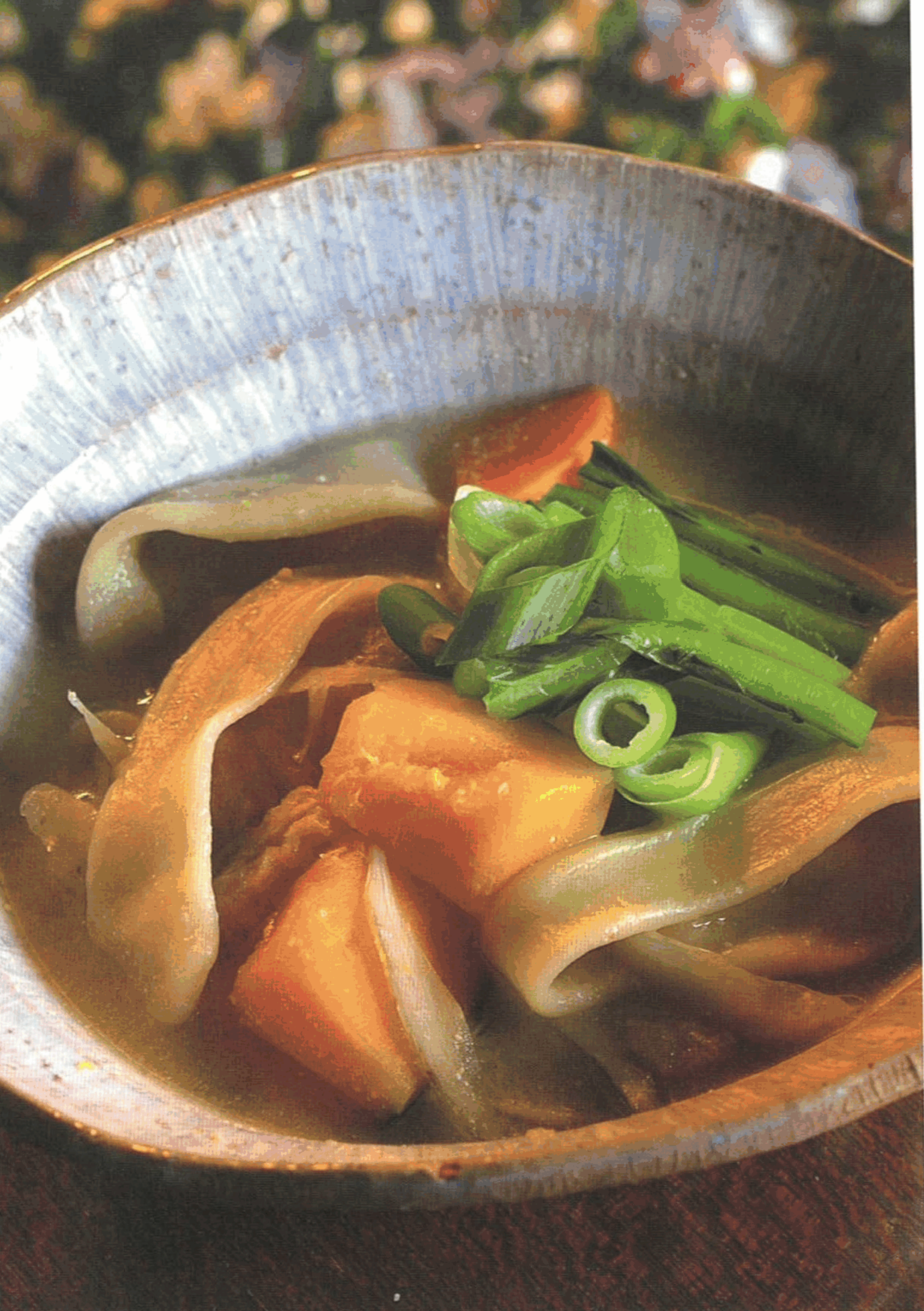


具だくさんの野菜と  
だんごを  
自家製味噌で味付け

## だんご汁

安心院の郷土料理 その1

小麦粉を水と塩で耳たぶくらいの固さにこね、細かくだんごにちぎり、濡れふきんをかけて15分以上置く。だしは昆布とかつおぶし、鶏肉を入れて自家製味噌で味付け。具はかぼちゃ、にんじん、ごぼうなど。「小麦粉は地粉を使った方が、小麦の味がしっかり味わたるのよ」と仁子さん。安心院では季節を問わず食卓にのぼることが多いだんご汁。派手さはないが、栄養価にも優れた、じんわりと心を温めてくれる料理だ。



## 郷土料理の メッセージ

安心院で『百年乃家ときえだ』を営む時枝仁子さんは、農村民泊のオーナーであり、郷土料理レストランのシェフでもある。今回は安心院に伝わる伝統的な料理を作ってもらった。だんご汁、こねり、どじょう飯、じり焼きの4品。いずれもシンプルでいて、どこか力強く、自分たちの暮らしの原点を考えさせる料理だ。



時枝仁子さん  
1953年大分県生まれ。  
農村民泊『百年乃家 ときえだ』オーナー。  
郷土料理レストラン『百年乃家 ときえだ』  
も営んでいる。平成19年度、「農林漁家民  
宿おかあさん百選」に認定。安心院スロー  
フードフェア実行委員長。



なすとにがうりの  
甘辛い炒め物に  
小麦粉を入れる

## こねり

安心院の郷土料理 その2

サラダ油とごま油でにがうりと  
いりこを炒め、砂糖を加える。な  
すを入れて味を染み込ませ、酒、  
しょう油、みりんを入れる。最後  
に小麦粉を加え、炒め続けて完成。  
たまねぎやみょうがを入れること  
も。にがうりの苦味と甘辛い味付  
けが絶妙に絡んで、食欲が落ちが  
ちな夏に最適。炒め物に小麦粉を  
入れることで水気を吸収させたり、  
お腹を満たす昔ながらの知恵が活  
かされている。夏にたくさんでき  
る、なすとにがうりをよりおいし  
く食べるための料理。