

～蕎麦は人と人を繋ぎ、時代も繋ぐ～

色んなご縁で繋がった人々と「NEW 鴨なん」年越し蕎麦を創る!!

江戸ソバリエ 8 期・江戸ソバリエルシク 砂野 信



<食文化を次世代へ>

年越し蕎麦をはじめ、引っ越し蕎麦や振る舞い蕎麦など、昔から”人と人を繋ぐコミュニケーションツール”として活用されてきた「蕎麦という食文化」。

特に「年越し蕎麦」は、一年の締めくくり、新しく迎える年を明るく健康に過ごす為の様々な工夫と知恵が連綿と伝承されて来ました。

その食文化・先人の思いを、次の世代に伝えるべく、「伝統的な年越し蕎麦」を学ぶと共に、現代版「新しい蕎麦」をみんなでアイデアを持ち寄り作りました。

<実り多き 2017 年に感謝>



2017 年も、「蕎麦は人と人を繋ぐ」を合い言葉に、「蕎麦交流」を模索して来ました。そこから生まれた様々な出会いに”感謝”の意を込め、以下の三つの食材で「年越し蕎麦」を作ろうという話が、2017 年の秋に持ち上がりました。

- ①都会のど真ん中でソバ畑”うめきた SOBA プロジェクト”で収穫された「そば粉」
- ②大阪府立農芸高校の授業の一環として合鴨農法で働いてくれた「鴨」
- ③昨年、18 品目目のなにわ伝統野菜に認定された「難波葱」

<3つの要素⇒大阪鴨なんば>

また、昨年秋、大阪府さんのご協力により、大阪での「鴨」「葱」「そば」に関する研究資料を探す機会があり、それをキッカケに「大閤秀吉の時代から愛されていたという鴨が如何にして現代の”鴨なんば”という料理になっていったか」「それぞれの食材の歴史や文化を学ぶ」勉強会を、平成 30 年 1 月 28 日に農芸高校みのりホールで開催する事になったのです。

<大阪鴨なんプロジェクト>



●<大阪鴨>

豊臣秀吉がとても好んだという鴨。長浜から大阪へ移っても、鴨の飼育を奨励し、「鴨すき」や「愛妻ねね特製の鴨うどん」を食していたのだとか。

今回、大阪府府立農芸高校の生徒さんが「合鴨農法・命の教育」で飼育している鴨を「命をちゃんと戴く」教育の一環として、コラボする事になりました。

●<難波葱>

「鴨が葱背負って…」と例えられるほど鴨と相性の良い葱も、昔は大阪の名産でした。現在の難波駅の南側（旧大阪球場あたり）は一面の葱畑だったそうで、大阪人は葱のことを「なんば」と呼んだのだとか。そこから「鴨+葱（なんば）＝鴨なんば」となったという説もありますね？

難波葱は京都の「九条ねぎ」の原種とされ、戦後、流通の規格に合わず衰退。最近にわかに関心を浴び始め、昨平成 29 年には 18 品目目の「なにわ伝統野菜」の認定をうけたが大阪人でも知らない人が多く、現在認知度 UP キャンペーン中です。

●<うめきた蕎麦>

大阪では認知度の低いソバも、かつては結構栽培されていたらしく、明治の大阪でのソバ生産に関する資料を見つけることが出来ました。

今回の蕎麦は「都会のド真ん中でソバ畑～うめきた SOBA プロジェクト～」で、市民参加の協働作業によって栽培された、大勢の想いのこもったモノ。

<NEW 大阪鴨なん>

これら三つの大阪産食材を使って”昔ながらの鴨なんば”を市民の皆さんと学び、再現すると共に、現代版「NEW 大阪鴨なん」を創ろうというプランが立ち上がりました。賛同者も増え、ミラノやロンドンでも店舗展開している地元のラーメン店「龍旗信」さんや、薬膳料理の第一人者である国際中医師「黒川真妃子」先生のお力添えも得て、「新しい鴨なんばを模索しよう」という運びとなりました。

<伝統と新しいモノと融合>

鴨だしと葱の風味に拘りたく、敢えて醤油ではなく、塩ベースの鴨だしにしました。鴨の臭いが危惧されましたが、素材の良さと素材管理が丁寧なので全く気になりません。鴨・葱・蕎麦、それぞれの持つ旨味成分や栄養分。これらが旨味トライアングルの相乗効果を産んだり、お互いの不足する部分を補填し合ったり…と、試行錯誤ながらの楽しい作業となりました。（参考：ソバは栄養の優等生とも呼ばれていますが、ビタミンA・C、脂質など、足りないモノもあります。また、蕎麦の持つビタミンB群は、Cと一緒に摂取することにより、吸収率を高めてくれるのだとか…）



NEW



- ① 鴨がらから低温で出汁をとって、旨味をじっくりと引き出し、そこにラーメンの技法を使い、地元大阪産の野菜で甘みを足して行きました。
- ② 市民のチカラで育てた「うめきた産ソバ」。地域の子供達が一生懸命、丁寧に石臼手挽きした”ひきぐるみ”を、二八^{にはち}での割合で配合。少し噛んで食べるモチリ感を出す打ち方にしました。
- ③ 難波葱は大きめにカットして”ぬめり”を敢えて取らず、軽くボイルして難波葱の持つ独特の”ぬめり”の甘さを強調する方向へ。
- ④ 寒い冬の健康は配慮して、タレの隠し味に薬膳テクニックを活用。ネギ油に「大和当帰オイル」をブレンドし、あしらえのレモンでビタミンCを補填+クコの赤い色も、抗酸化作用と共にトッピング。
- ⑤ 盛り付けの鴨は、3日間ほど低温でゆっくり調理し、肉の柔らかさを保ちながら、肉の中にほんのりと、塩麴や醤油の旨味甘みを入れていきました。

<そして、振る舞い蕎麦> _____

最後の最後まで悩んだのが、塩味の加減…ラーメンに行き過ぎないように探り探り量の増減を試してゆく。あくまで出汁と鴨の脂で勝負したく、塩味を極力抑えながらも、育ち盛りの高校生諸君にも満足して貰えるような塩梅になったかと…。



<「振る舞い大晦蕎麦」に参加して頂いた皆さんの声> _____

●うめきた SOBA 作業に参加して下さったご近所の主婦。

「自分たちの育てたソバが食べられるなんて♡ 受粉を手伝ってくれた蜂くんや蝶々さんにも感謝して頂戴しました。」

●そば打ち体験に訪れた親子さん。

「スッキリながらも、ものすごくコクがある！こんな鴨なんば、食べたことがありません。大阪の鴨や葱のことも勉強出来て、子供達も大喜びです。」

●今年そば打ちをはじめて、初段を取った高1男子

「おいしい！とにかくズバ抜けて美味しい！1月末のイベントにはもう少し粗挽きで出してもいいかも？…そうそう鴨も超ウマ(^.^)」

●ずっと“うめきた SOBA”を手伝ってくれた台湾からの留学生

「台湾の家族にもこの蕎麦を食べさせたい！蕎麦作るのを台湾でも広めたいです！」

●難波葱をご紹介いただいた府職員さん

「始めはどうなることかと思いましたが、こんなに美味しく学べてためになるお蕎麦は初めてです。2018年は私もソバ栽培とそば打ち始めます(^_-)-☆」

皆さまにとって 2018 年が
よりワンダフルで、ソバらしい年になりすように…。



< 添付資料 >

難波葱
フェスタ



復刻! 大阪鴨なんプロジェクト

KMAB
PJ

～農芸高で“NEW鴨なん”を作る～

古くから食されていたであろう「鴨なんば」。

今回の「難波葱フェスタ 復刻! 大阪鴨なんプロジェクト」は、

なにわの伝統野菜※に9年ぶりに仲間入りした「難波葱(なんばねぎ)」。

府立農芸高校がブランド化をめざす大阪産の「農芸鴨」。

うめきたSOBAプロジェクトや、いずみふれあい農の里で生産された大阪産の「そば」。

この3つの食材を使って「大阪鴨なんば」を復刻してみようというプロジェクトです。

昔からの伝統食材や伝統料理を知り、学ぶとともに、

地元堺本店を拠点に世界にもラーメンを広げる「塩ラーメン専門 龍旗信」さんや

薬膳料理の専門家である国際中医師・黒川真妃子先生のご協力により、

現代版の「NEW大阪鴨なんば」をつくり、

その美味しさと各素材の持つ意味合いを味わってみるという勉強会です。

みなさまのご参加をお待ちしております。



先着
100名様
参加無料

参加には申込みが必要です。
詳しくは裏面をご覧ください。



ご存知でしたか？

- 「鴨なんば」の由来は、昔、大阪の難波辺りが一面のねぎ畑で、当時ねぎのことを「なんば」と呼んでいたから？
- 太閤秀吉の好物は「鴨」で、大阪に来て鴨の飼育を奨励した!?
- 蕎麦屋さん発祥の地は大阪だった!?
…などなど詳しくは当日のお話を聞いてみてください。

※なにわの伝統野菜とは…
100年以上前から大阪府内で栽培され、大阪の農業と食文化を支えてきた歴史、伝統をもつ野菜を「なにわの伝統野菜」として、現在18品目認証しています。

と き

平成30年 1月 28日(日)

午後1時～午後4時 (受付開始 午後0時30分～)

※受付にて「大阪鴨なんば試食」の整理券をお渡しします。

と ころ

大阪府立農芸高校

みのりホール (大阪府堺市美原区北余部595-1)

※駐車場はありませんので、公共の交通機関をご利用ください。

難波葱フェスタ 復刻! 大阪鴨なんプロジェクト

■お問い合わせ 大阪府南河内農と緑の総合事務所 農の普及課

TEL. 0721-25-1131(内線268) FAX. 0721-25-0425

http://www.pref.osaka.lg.jp/minamikawachinm/m_index/index.html

主催：NPO法人フードラボ、大阪府立農芸高校、大阪府

協力：塩ラーメン専門 龍旗信、楽食Story、難波葱の会、(有)とり福本店、和泉蕎麦倶楽部、新規就農「はじめての歩」村(運営:(株)マイファーム)、(株)Food Story Japan、(地独)大阪府立環境農林水産総合研究所、(一社)全種協