

げっとう  
『月桃蕎麦』『富倉蕎麦』『へぎ蕎麦』

赤尾吉一（江戸ソバリエ・ルシック）

江戸ソバリエ講座では「江戸蕎麦」を勉強しました。そして、日本にはそれ以外に各地に様々な蕎麦があることも知りましたので、調べてみようと思っていました。7月に沖縄 新潟 長野に行く機会がありましたので、3種類の蕎麦を調べてきました。

『月桃蕎麦』は南国の香り

沖縄に来たならぜひ『月桃蕎麦』を食べてみたいと思い、『名代蕎麦処 美濃作』を訪れました。那覇の県庁から徒歩20分、住宅街のステーキ88という店の2階にありました。

和風の玄関を入ると、正面・階段の踊り場・2階玄関に観葉植物が飾られていました。実はこの観葉植物が『月桃』でした。店内壁にも飾られていました。

和風の店内は広々としてカウンター席 テーブル席 座敷の個室で55席あります。

昼の早い時間でしたがすでに多くの客がいました。

メニューの『月桃蕎麦』には「手打月桃蕎麦」と「月桃蕎麦（機械打ち）」があり、「手打月桃蕎麦」を注文しました。陶器の器に盛られたきれいな緑色の蕎麦は、一瞬中国の菓店を思い起こさせる甘くいい香りがします。口にふくむとハーブのようなさわやかな味が広がり、南国の蕎麦です。月桃蕎麦は沖縄のソーキそばとは違い、更科粉に月桃の葉の粉末を練りこんだ日本蕎麦でのでど越しも滑らかでやや甘めのつゆにあいます。



《店舗外観》



《会盛天月桃蕎麦》



写真の蕎麦の下に敷いてあるのが『月桃』の葉です。  
てんぷらは薄めの衣でサクサクとしておいしいです。



《月桃アイス》



《店内》

デザートには美濃作オリジナルの『月桃アイス』をいただきました。月桃の香りがして、口に含むと抹茶のような味もします。

月桃は沖縄の山野に自生するショウガ科の多年生常緑草木で、殺菌・防虫・防カビなどの効果を生かし、葉は菓子餅ムーチャーを包むのにも使われます。また種子は漢方薬・香辛料などに使用されるなど生活に密着した植物です。さらに近年は赤ワインの34倍ものポリフェノールが含まれているといわれ、抗酸化作用に注目が集まっています。初夏にはかわいらしく可憐で珍しい形の花が咲かせます、



《月桃》

創業者小山健さんは1977年に「美濃作」の暖簾を掲げ、日本蕎麦の提供を始めました。

なんとか沖縄らしい蕎麦を作ろうと「うこん」「ハイビスカス」「月桃」の3種でそばを作ってみて、一番沖縄らしい蕎麦ということで「月桃」の葉の粉を練りこんだ『月桃蕎麦』を生み出したそうです。ただ「ハイビスカス」の蕎麦も魅力的です。

地方の特色ある食材を取り入れた蕎麦今後も出てきてほしいものです。



## 『富倉蕎麦』は鉄筋コンクリート

長野県飯山地方では、江戸時代末期から山に自生する「オヤマボクチ（雄山火口）」をつなぎとして蕎麦を打っていました。それが『富倉蕎麦』です。  
今回 斑尾高原の『まろうど』で、幻の『富倉蕎麦』をいただきました。  
蕎麦粉の風味が強く、薄く細い蕎麦はのど越しが良く腰のある蕎麦です。



《富倉蕎麦》



《オヤマボクチの茸毛》

オヤマボクチ（雄山火口）とはキク科の多年草で、山菜として「ヤマゴボウ」とも呼ばれています。葉を練りこんで「笹団子」も作られていますが、葉の裏側の繊維茸毛（じょうもう）は昔、火打石から火種（火口＝ほくち）をとるのにつかわれました。

茸毛を「挽きぐるみ」のそば粉につなぎの代わりに練りこみ、薄く延します。新聞紙の上に置くと下の文字が読めるくらいの薄さです。延した麺体をすこし乾燥させ（繊維が切れるくらい）、たたんで切ります。小麦などのつなぎ材を使用していないので、蕎麦粉の風味が濃く出ます。

タコ糸のようなオヤマボクチの繊維を、つながりにくい蕎麦粉に練りこみ薄く延すということは、もろいコンクリートに鉄筋を入れ強固な躯体（鉄筋コンクリート）を作るのと同じ考えです。このような構造を考え出した先人は偉大です。



## 『へぎ蕎麦』 布海苔は糊

新潟県といえば『へぎ蕎麦』ということで、越後十日町小嶋屋（社長小林均氏 江戸ソバリエ）の和(なごみ)亭で本場『へぎ蕎麦』をいただきました。30cmx50 cmくらいの「へぎ」という木の器に、手振りで一口大に丸めて波のように盛り付けられた蕎麦が現れます。つなぎに布海苔を使った麺は独特の風味と食感で、ツルツルとしたのど越しがとてもいいです。

越後十日町小嶋屋さんでは「10割蕎麦」「つなぎに布海苔を使用」「手振りでへぎに盛る」という3条件がそろったものだけを『へぎ蕎麦』として提供しています。手振り1個で40g(茹で上がり)1人前10個とかなりのボリュームですが、つるりと無理なく食べられます。

布海苔は、煮溶かして糊としたものに糸をくぐらせることで糸を扱いやすくし、織物に張りを出すのにも使われます。魚沼地方では織物産業が盛んで、布海苔は身近な材料でした。そこで小嶋屋さんの初代が自然薯・オヤマボクチなどの代わりに蕎麦のつなぎに使うことを思いつき、『へぎ蕎麦』を作りだしたそうです。



《越後十日町小嶋屋和亭》



《へぎ蕎麦》



《布海苔》



《緑色》

布海苔は赤い色をしています。銅鍋または銅製品と一緒に煮ると鮮やかな緑色になり粘着力が強い糊になります。この糊の粘着力を生かして蕎麦粉のつなぎとして使われています。これも面白い発想だと思います。

以上