

～ シリアル・ルネッサンス～ <http://www.riceisland.co.jp>

NHK 「再発見 ふるさとの宝 つぶつぶ 雑穀」

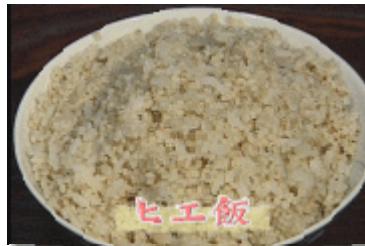
雑穀が4回シリーズで紹介がありました！

『雑穀 最新情報』

『命をつなぐ “白ヒエ”』

『おいしさを引き出す伝統の技』

『主婦が生み出す新メニュー』



12/6 東京・日比谷にある自然食レストランでは、雑穀を使ったメニューが人気。「ヒエとかぼちゃのサラダ」や「ヒエときのこのテリーヌ」「キビと白身魚のしいたけ詰め」などがあります。今年9月(2004年)に東京ビッグサイトで行われた、有機食品や自然食品の見本市でも、たくさんの雑穀が集まりました。アルゼンチンやボリビアなど海外からも、日本の雑穀市場が拡大していることに目をつけ出展する企業がありました。軽米町に10月に開設された「岩手県雑穀遺伝資源センター」。雑穀の種子の保存や新品種の開発を行う、全国初の雑穀専門機関です。雑穀は、細かく分けると200以上の種類があると言われています。土地によって、粒の大きさや色、味の違うものが作られてきました。その種の多様性を残していく必要があるのです。



12/7 高村英世さん(63)。二戸市で、9年前からヒエ・アワ・キビなどの雑穀を栽培しています。高村さんの父親がかつて作っていたヒエの在来種。高村さんは、この土地ならではの種にこだわり栽培しています。

岩手の北部は、春から夏にかけて「ヤマセ」の影響で冷害が起こりやすい土地。米が作りにくかったため、ヒエなどの雑穀が、主食と

なっていました。米がない当時は、「ヒエ飯を仕方なく食べていた」と、高村さんは振り返ります。しかし、「それがあったからこそ、今、自分は元気になれる」とヒエに感謝しているそうです。

12/7 おいしい雑穀を作るための土作り。化学肥料は使わず、牛の堆肥をまいています。実を取り終えた後に残る、“茎”も再利用。動物性の堆肥だけでは出せない、柔らかさを土に出すため、植物性(雑穀の茎)の堆肥を作りすぎこむようにしました。雑穀がしっかり根をはることができ、中身のつまんだ実が育つようになったと言います。ヒエを乾燥させるための伝統的な方法。ヒエの茎で実を覆い、雨に濡れたり、鳥についばまれたりしないようになっています。また、茎や葉をつけたままなので、さらに糖分やでんぷんが実にいきわたり、甘さの強いヒエが育つようになりました。

12/8 二戸市内にある、雑穀料理の専門店。地元の主婦たちが、雑穀の魅力をより多くの人に知ってもらいたいと開きました。炊いたヒエに長いものつろろを混ぜて薄くのぼし、衣をつけて揚げてあります。新しい雑穀の使い方を提案しています。伝統の「あわ餅」をヒントに、考えた新しいメニュー。炊いたアワの粘りをいかしています。雑穀を通して、地域のよさが見えてきたという主婦たち。人とのつながりが増え、雑穀が生きがいを作ってくれたと言います。(一部抜粋)

---

来週の R.I レポートは、です。12/27のお届けです