

# みんな「食べて」大きくなった

194

和歌山大学  
食農総合研究教育センター 客員教授  
湯崎 真梨子

土地から生まれた地元食。地域に百の家庭があれば百の食があり、私たちは何を食べて大きくなったのでしょうか。ブランド化した食ではなく、土地から生まれた食材に育てられた子どもの頃。ふるさとの食卓の思い出を添えて家庭のレシピを紹介します。

## かきもち

### 祖母の手づくりおせんべ

まるで七夕飾りのようにかきもちの「葉」が揺れている。白や赤、豆入りの「葉」がひらひらと。幼い日の記憶だ。記憶はその後の経験をもつて上書きされるのでそれが本だったのかどうかわからない。しかし、餅の葉っぱの下には祖母の顔が見えるのでそれは本当の記憶なんだろう。

本家の祖母の手づくりかきもちだ。かきもち餅をかるたほどの大きさに薄切りをして干した保存食のおやつ、火鉢で焼いて食べるおせんべだ。さいころに切つて干したものはいつ食べるあられとなる。

「かきもちが食べたい」と心の底ですっと思ってきた。明治生まれの祖母は、昭和の高度経済成長期が終わろうとする頃に鬼籍に入った。市販のおせんべではない、あの、ひらひら頭の上に舞うかきもちが食べたかった。



筆者の故郷の正月餅は丸餅であるが、暮れにのし餅を頂いたのかきもち作りに挑戦することにした。かきもちとは寒さが厳しくなる寒の入りから大寒までの寒の頃につく寒餅のこと。寒の入りの初日が小寒で、今年(2024年)は1月6日。最も厳しい寒さとされる今年の大寒(今年1月20日〜2月3日)の最後の日が節分。そし

て翌日がこれから「春」になるという立春である。

寒の頃の氷のように冷たい水は腐りにくいといわれ、これで寒餅をつき、寒餅を寒の水に浸けて保存した餅が水餅である。寒の水に浸けるとやわらかくカビが生えにくいためによく行われていた保存法だ。母が小さな瓶から取り出したところ、にやわらかい水餅も、思いつきの一枚の絵だ。

今回は寒餅ではなく、暮れのお餅を利用した。かきもちの言葉の由来は鏡開きの餅を利用する際、刃物で切ることを嫌い、手で欠いた(割った)ため欠餅、掻餅(かきもち)になったという。後に厳寒の水を利用して別にくようになったといわれる。

正月明け、やや硬めののし餅を薄く切り、干した。畳1畳分にも広げたかきもちが壮観だった。カビを恐れて細心の注意で10日間ほど、毎日のように一枚ずつ根気よく裏がえし干したはずだが、結果的に失敗だった。美しい短冊のような「あのかきもちではない。ある日パラパラとひび割れ砕けたのである。調べると急速に干し過ぎたことが原因のようだった。カビを恐れ過ぎて、時に日の当たる窓辺で干したのもよくないらしい。まったくの素人考えの失敗だった。

干し方のポイントは、陰干しでじっくり乾燥させること。干し過ぎは割れたり折れ

たりの原因とのこと。祖母の美しくかわいらしいかきもち、大寒の頃の冷たく乾いた空気、のほのかな気配を感じ取りながらカビさせず割れさせず、大事に育てたかきもちだったのだろうか。



温暖化で寒の季節は不安定になった。祖母の手になる技も記憶から薄れようとしている。失敗作の「かきもち」はサクサクとうま味があり、食べ始めたら止まらないほどおいしかった。形は崩れたが干した餅の力だろうか。

それでも祖母のかきもちとは違う。あの日々の一幅の絵のようなかきもち干しの光景があつてこそその祖母のかきもち。遠く遠くなつてしまつて、もう戻らない。

■湯崎真梨子(ゆざき・まりこ)  
和歌山大学  
食農総合研究教育センター 客員教授  
【プロフィール】  
博士(学術)。大阪府立大学大学院人間文化学研究科博士後期課程終了。元和歌山大学教授。専門は農村社会学、地域再生学。内務省の発展、食料経済、地域資源、地産地消、脱炭素社会などがテーマ。自らの研究に加え、地域と協働するプロジェクト研究もマネジメントしている。熊野方面には年間30〜50日は訪問し研究する。



## かきもちづくり

サクサクと素朴な味が止まらない自然乾燥で増すうま味

《材料》  
▽のし餅(白、よもぎ)

### 《作り方》

- ①包丁が通るほどの硬さの餅を、3〜4ミ程度に薄さに切る。
- ②すだれか新聞紙に広げて10〜20日ほど風の当たらない部屋でじっくり陰干しをする。カラカラにしっかり乾いたらよい。
- ③缶などに入れると長期保存できる。
- ④火鉢や電熱器、オーブントースターの上で焼く。反り返らないように裏返し引張りながら焼くとよい。

\*干した際に反り返らないために、干す前に切った餅を縦に重ねて3日ほど置くのが効果的。ひもで結びぶら下げて干すのもよい。  
\*乾燥を急いだり、日に当てたりしない。干し過ぎは割れや折れの原因になる。  
\*今回は味付けをしていない白餅とよもぎ餅で作りましたが、素朴なうま味のおいしさでした。

■餅つき機で味付けかきもち  
干しエビ、いり黒豆、青のりなどで味付けかきもちを作る場合、蒸し上がった時に具材を入れつつ。

■揚げかきもち  
160度の油で裏返ししながら20分ほどゆつくり揚げる。さくさくとしてとてもおいしい。

好みで塩、砂糖、カレー粉、青のりなどを振つても楽しい。

■次回は2月25日(日)付掲載予定



缶に入れて長期保存

揚げてもおいしい

じっくり陰干し