

団子汁(米粉)

ごんげん汁(たかきび団子汁)

高梁市松山



作られる時期...秋～冬

ポイント POINT

団子汁

【材料・分量/4人分】

米粉(もち米)	200g
大根	
にんじん	
ごぼう	
ねぎ	
その他野菜	
出し汁	
味噌	

【作り方】

- ① 米粉は水を加えて耳たぶくらいの固さに練り、2～3cm大の団子にする。
- ② 出し汁に、食べやすい大きさに切った野菜を加えて煮る。
さらに①の団子を加え、野菜や団子に火がとおったら、味噌を入れる。
- ③ ねぎや青菜を加える。

- 我が家では、うるち米ともち米を別々に粉にし保存しています。作るものによって配合割合を変えています。

高梁市有漢町

作られる時期... 収穫 10月 加工期間 12月～3月

ポイント POINT

ごんげん汁

【材料・分量/4人分】

鶏肉	100g
大根	100g
にんじん	100g
里芋	100g
ごぼう	100g
しいたけ	4枚
こんにゃく	1/2丁
だし汁	3カップ
たかきび粉	200g
味噌	大さじ2～3
しょう油	大さじ4
サラダ油	大さじ2
ねぎ	少々

【作り方】

- ① たかきび粉はぬるま湯でよく練り、適当な大きさに丸め下ゆでする。
- ② 鶏肉、大根、にんじん、ごぼう、里芋、しいたけ、こんにゃく等油で炒め、だし汁を入れ味噌、しょう油で味付けする。
- ③ 野菜が煮え上がったら、①の団子を入れて仕上げする。

- 粉に加工するには寒の時期にあく抜きをし、寒ざらしをします。
- ぬるま湯でよく練ると、なめらかなつるつとした団子が出来上がります。
- 昔は、たかきびの穂で“からで”(ほうき)を作り利用していました。

昔から、畑作物として栽培されてきましたが、今日では果樹販売野菜に取って代わりました。最近、昔ながらの味として、町内のイベントでおにぎりやごんげん汁が振る舞われ、皆さんに喜んでいただけている一品となり、郷土の味が復活しています。

【たかきび】

たかきびは、中国大陸から入ってきたもので、コウリヤンの一種です。たかきびという名のとおり、高さ3メートル程(最近は、背の低い品種も多く栽培されるようになった)にもなり、先端に赤褐色の小粒をいっぱいにつけた穂をさげます。10月に穂首を刈り収穫します。収穫後は、干して乾燥させ、脱穀します。実にはあくがありますから、実を洗った後は、水であくを抜きます。1週間から10日間毎日水を替えながらあくを抜き、その後乾燥させます。このあく抜きの作業を寒の時期にすると、年中虫がこないものが出来ます。乾燥させてきた実を、餅やおこわに入れたり、粉に加工し団子にさせていただきます。

たかきびの穂

乾燥

実を洗う

水を替えあくを抜く

あく抜き後、天日干しする