

〈ふるさとの食卓〉

# みんな「食べて」大きくなった

166

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。

## かんぺんもち

### 干しきつまいも色々

「太地の人ばかりが好き」。千英子さんが言うのは「かんぺんもち(かんべもち)」のこと。サツマイモの切り干しを利用した「もち」である。

熊野では山間部も熊野灘沿岸部にも平地が少なく、いずれも米作りには不利なため、かつての熊野地方の日常食の中心はおかゆと芋。おかゆや米麦食の増量としてサツマイモやサトイモが入られた。おそらく昭和30年代初めくらいまでの基本食だった。

昭和9年に太地で生まれ、それから88年も太地の潮風の中で育った千英子さんのかんぺんもちの作り方は、次のようだ。

①生のサツマイモを皮のまま3ミほど、できるだけ薄くスライスする。

②むしろに広げて干す。寒風の吹く頃、日和が続く日だとよく、カリカリに白く反り返るまで1週間ほど干す。

③臼でひいて粉にする。

④熱湯を垂らしながら練り、手にとって厚み1センチ、直径4センチくらいの平たい「もち」にして蒸す。

⑤蒸したてにきなこや砂糖をつけて食べる。冷めたら固くなる。

⑥飯代わりの日常食だったため「もち」とはいえもち米は入らず、簡便に作られた。使用する芋はくわなどで傷ついた芋



だ。ひいた「かんぺん粉」は缶に入れ、頻繁に利用された。お正月にはもち米を入れた「ぜいたくな」かんぺんもちが作られた。もち米が蒸し上がる頃に、練ったかんぺん粉をちぎって入れ一緒に蒸す。これを臼でつき、もろぶたにして、切って焼いて食べる。

「かんぺんもち」は書物には「熊野灘のほしもち／かんべもち」として紹介されている。しかし千英子さんは「ほしこ」とは言わないとのことだった。

一方、熊野山間では干し芋はおやつとして食べた。旧大塔村で聞いた方法は、サツマイモをゆで、厚さ1センチくらいの輪切りにしてわらに通し、軒先などに干して2〜3日干して作る。かみしめるが甘い。

米でつくる郷土食だ。サツマイモは等しく基本食でありながら、山一つ川一つ越えるだけで呼び名も利用の仕方も微妙に違っている。



長崎県五島に「かんころもち」という郷土食がある。「かんころ」とはサツマイモを薄く切って干したものを。かんころをもち米と蒸してつく方法は、かんぺんもちとほぼ同じだ。「かんころ」と「かんぺん」は語感が似ている。五島には太地から伝えたという捕鯨の歴史があった。「かんぺん」と「かんころ」はどちらかから伝えあったのかもしれない。漁師らは保存食でもある「かんぺんもち」を携えて遠い海を渡つたのだろうか。

### 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専攻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、内発的發展、食料経済、地域資源、地産地消、低炭素化社会などがテーマ。自らの研究に加え、地域と協働するプロジェクトの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。



## きつまいものあめ玉

「あめ作るか」と女子が集まりクズ芋で作った、山あいの村の思い出  
宮越千里

【材料】  
▽サツマイモのクズ芋：適量

【作り方】  
①サツマイモの皮をむき煮込む。低温でじっくり煮るほどに甘くなる。

②袋に入れ煮汁を絞って濾す。

③濾し汁を炊きつめる。べつ甲色のあめができるまで何時間も炊きつめる。

④容器に流し入れ冷えると固まる。

⑤固まった餡を包丁で切り、あめ玉にする。

⑥大豆をいって入れて冷やすと豆あめになる。

\*旧大塔村(現田辺市)鮎川で聞いた思い出。女子の友達3〜4人集まってクズ芋を持ち寄り作った。甘い物がまだ乏しい昭和20年代。仲良かったの楽しいあめ作りだった。



農家の床下に置かれたサツマイモの貯蔵庫。芋のほもみ殻を敷き、赤土で囲んでいる。熊野灘(湯崎町色川)

※今回は11月6日(土)付掲載予定