

週刊 まちぶら

122

深く味わう地元の自然



地元の食材をふんだんに使った美郷流マクロビオティック料理。料理をカメラに収める人も＝吉野川市美郷

旅先で出会った美しい自然に感動し、もっと深く味わいたいと思っただけがありますか。美郷では、味わえるそうです。

昨年、美郷の新しい一押し料理である、玄米や野菜を中心にした食事法「マクロビオティック」を地域で学んだ。大阪から専門の料理家を招き、材料は、地元の農家が普段、家族や親類用につくる米や野菜を使うことに。少量で、農薬も使っておらず、いわば、地元が一番身近な「自然」を食することができるのだ。

メニューを工夫するうちに、二つの壁にぶつかったという。一つはこの料理法の特徴である減塩、減糖による薄味だ。ところが、昔から山仕事で汗をかくことが多い山間地の美郷の料理は当然、味は濃い。さらに、この料理法の肉や魚、乳製品を控えるところにもひっかかった。「それでは、美郷の「アユやアマ」は出せないの？」

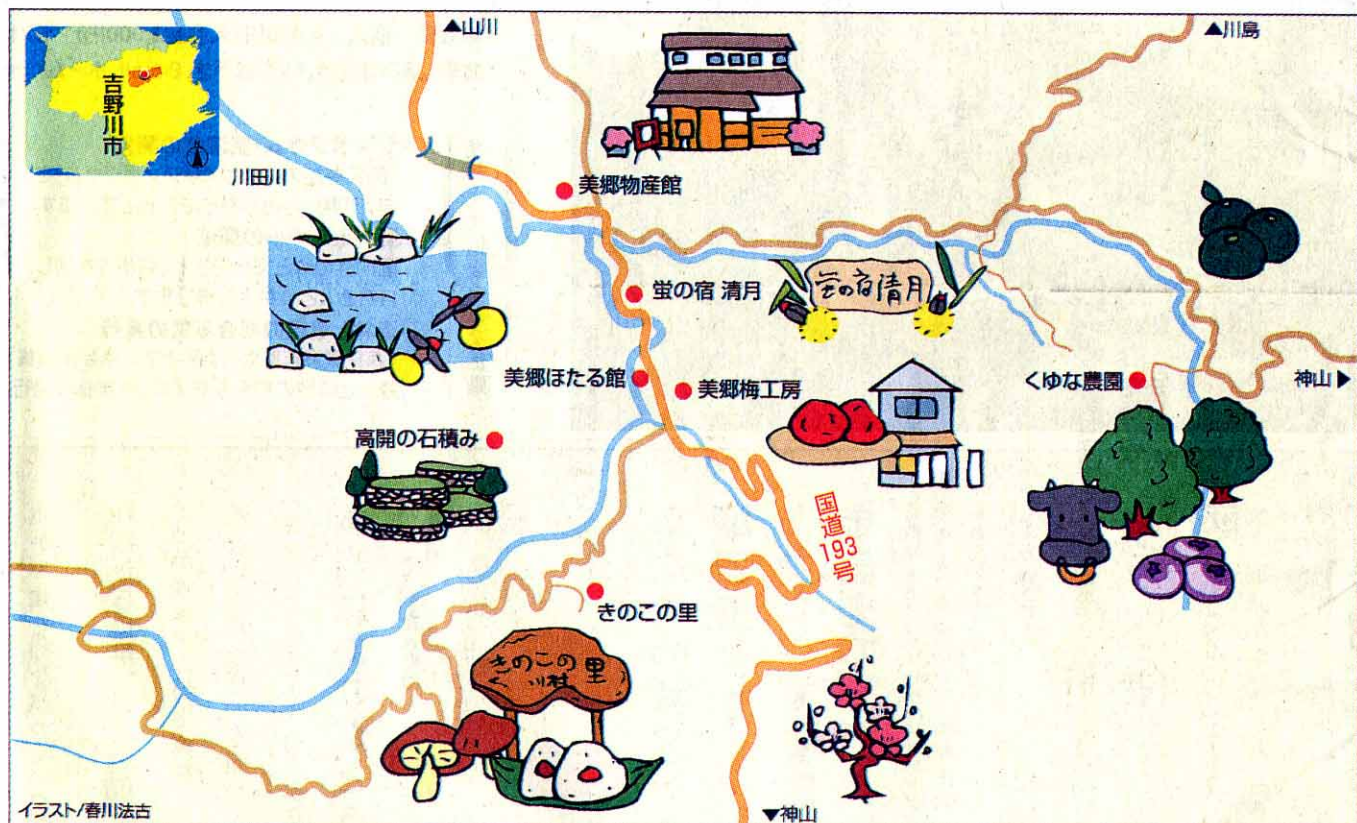
知恵を絞った末、名付けた料理名が「美郷流マクロビオティック」。「メタボ」はとくに黄信号である私は、しっかりした味と川魚が味わえる「美郷流」の部分に、一番、美郷の自然を食らった気がした。

(文・写真 今林弘)

「美郷の梅ぼし」を5人にプレゼント

美郷梅工房の商品「美郷の梅ぼし(小梅)」所、氏名、年齢、電話番号を明記し、朝日新聞(480字、1200円)を5人にプレゼント。徳島総局「美郷の梅ぼしプレゼント」係(総局の住所などは題字下)へ。徳島版に対する感想や意見も書いてください。7月7日必着。応募多数の場合は抽選し、当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

応募は、はがきかファクスで郵便番号、住所を送る必要があります。



◆次回は7月28日付で、阿南市那賀川町の出島周辺を紹介します。