

ていねいな暮らしのあつたころ

佐野二彦の撮った伊深の里山



「うどんを干す」(昭和37年10月20日撮影)

「うどん干し」

昭和30年ごろ、農業協同組合の前に工場があり、そこではうどんを作っていました。うどんは、農業協同組合で売っていました。

自分の家で収穫した小麦粉を持っていくと、引換券がもらえ、うどんと交換できるというもので

した。いわゆる物々交換で、この時代ではまだ当たり前のことでした。

工場では機械を使って小麦粉をこね、うどんを作りました。のばして細く切ったうどんは天気の良い日に天日干しをし、乾燥させました。写真は、その様子で、農業協同組合の建物の前で、干し棚にうどんを並べています。

干したうどんは、保存が効いて重宝されました。夏は冷やしてつけうどん、冬はしょうゆ味の煮込みうどんが、この辺りの食べ方でした。

「農業協同組合の前」(昭和39年7月21日撮影)



食改さんのおすすめレシピ

File.003

セロリとエビの酢の物

セロリは油でいためるなど、熱を加えることで独特の香りが和らぎ、セロリが苦手な人でもおいしく食べられます。みずみずしい葉は、ジャコと一緒にくだ煮などにして捨てずに利用しましょう。

材料(8人分)

セロリ(茎).....	2本
サラダ用エビ.....	200g
赤唐辛子(小口切り).....	1本
さとう.....	大2
しょうゆ.....	小1
A 塩.....	小1
酢.....	大4
水.....	大2

- ①セロリはピーラーで軽くスジを取り、斜め薄切りか、5ミリ幅(お好みの太さで)にして、ボウルに入れておく。
- ②赤唐辛子とAを鍋に入れ、一煮立ちさせる。
- ③熱いうちに②を①に回しかけ、あら熱をとる。
- ④③のあら熱がとれたら、サラダ用のエビを混ぜ、冷蔵庫で冷やす。

エネルギー/49kcal 塩分/1g
※エネルギー、塩分は1人分の合計

