

まめぶの由来

久慈市山形町(旧山形村)のあった南部領は、凶作の常習地で多くの餓死者が出たりするので、幕府から南部藩主に、凶作に備え年貢を納めるのに、「百姓は麺類や、そばきりを食べてはならない」とご法度の令達がありました。(麺類のことを方言で『ハット』と呼ぶ語源になった。)このように晴食※に麺類を作ることができなくなり、小麦の練り粉に味付けして食べるのに、クルミの実を包んで、団子にしたものではないかといわれています。この団子が、まり麩に似ていることから「まめぶ」と呼び、これが後に、麩がなまって「まめぶ」となったのではないかという説があります。また忠実忠実(まめまめ)しく、健康で達者に暮らせるように、との願いが込められているとも言われています。

※晴食：儀礼や祭り、年中行事などの特別な日に振る舞う料理のこと

確かめませんかこの味覚

(平成24年2月現在)

まめぶが購入できるお店	まめぶの家久慈駅前店	久慈市中央3-37 TEL 080-1801-9960
	道の駅 白樺の里やまがた (ふるさと物産センター内) 食 楽(くうらく)	久慈市山形町川井8-12-1 TEL 0194-72-3131
	農家レストラン (要予約・宅配可能) 成谷自然食の会	久慈市山形町霜畑9-24-1 TEL 0194-75-2034
	グリーン・ツーリズムの家 (要予約・宅配可能) まめぶの家	久慈市山形町荷鞍部1-59-6 TEL 0194-72-2839
まめぶが食べられるお店	新山根温泉 べっぴんの湯	久慈市山根町下戸鎖4-5-1 TEL 0194-57-2222
	割烹料亭 魚 棚	久慈市十八日町1-15 TEL 0194-52-0606
	歴通路通り おむすび処 かだっ亭	久慈市中町2-5-6 TEL 0194-66-9200
	道の駅 くじ (やませ土風館内) 産食体験館「山海里(さんかいり)」	久慈市中町2-5-1 TEL 0194-66-9111
	館 処 きよ田	久慈市川崎町5-1 TEL 0194-52-0800
	食事処 おおみ屋 (要予約)	久慈市長内町34-26-1 TEL 0194-52-1155
	ジンギスカン 白樺	久慈市山形町川井9-51-3 TEL 0194-72-2240
	館 処 ハングリー	久慈市山形町川井8-14-1 TEL 0194-72-3322
	平庭高原 レストラン「白い森」 (センターハウス平庭山荘内)	久慈市山形町来内20-13-151 TEL 0194-72-3330
	レストラン「やまぼうし」	久慈市山形町来内20-13-1 TEL 0194-72-2700
まめぶが購入できるお店	道の駅 くじ (やませ土風館内) 産直 まちなか	久慈市中町2-5-1 TEL 0194-53-1300
	(有)北三陸天然市場	久慈市長内町29-29-5 TEL 0194-61-1116
	リカーフーズ きちや (季節限定)	久慈市山形町川井9-5-2 TEL 0194-72-2611
	おふくろの味 友の会	久慈市山形町川井9-112-1 TEL 0194-72-2706
	道の駅 白樺の里やまがた ふるさと物産センター	久慈市山形町川井8-12-1 TEL 0194-72-3131
	平庭高原 (要予約) センターハウス 平庭山荘	久慈市山形町来内20-13-1 TEL 0194-72-2700
	久慈まめぶ汁 広告宣伝団体	全国各地のイベント会場へ出かけ、まめぶのPRをします 観光物産協会内 久慈まめぶ部屋 久慈市中町2-5-6 TEL 0194-66-9200



まめぶ

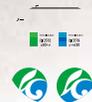
岩手県久慈市の郷土食



第8回オーライ! ニッポン大賞グランプリ受賞
ふるさと体験学習協会

TEL 0194 (75) 3005

FAX 0194 (75) 3007



岩手県久慈市
交流促進課

TEL 0194 (52) 2168

FAX 0194 (52) 3653

<http://www.city.kuji.iwate.jp/>

おいしさ秘伝

久慈市山形町ではお正月・結婚式・法事などに欠かせない料理にまめぶがあります。まめぶ汁は、小麦だんごと焼き豆腐・野菜・きのこが入った具だくさんの汁です。小麦だんごの中には、くるみと黒砂糖が入っています（くるみだけの地域もあります）。おめでたい時はまめぶを大きく作り、法事などで作る時は小さくつくると言われています。ほとんどの家で野菜だけでなく、小麦・大豆を栽培していたので小麦粉も焼き豆腐も自家製でした。

伝統の味は干しシメジのだしに、すましで味をつけました。今天然のシメジは貴重なものになってしまい、干しシメジもなかなか手に入りません。すましと聞いて何なのかわからない若い人も多くなってしまいました。味は少しずつ変わってきています。より美味しくなるように、季節の食材を取り入れたり、家族の好みを考えたり、いろいろな工夫がされて、晴食、行事食というよりも、身近な家庭の味になってきています。

すまして何？

山形町では以前、畑で育てた大豆と塩を使って、玉味噌をそれぞれの家庭で作っていました。すましは、玉味噌に水を加えて煮立て、こし袋に入れてつるし、滴ってたまった液のことです。しょうゆの代わりに使われていました。味噌にそれぞれの家庭の味があるように、自家製味噌から作るすましも、その家ごとに違った風味がありました。良く熟成した味噌を使うと上品な味のすましになりました。

この味
心を
まーるくして
くれる

おわんの中は、同じ大きさに切りそろえた材料と一緒に、まーるいまめぶがポコポコ見え、見た目もかわいい感じがします。まめぶを口に入れると、もちっとした食感で、中からとろりと溶けた黒砂糖の甘みと、くるみの香ばしさが口の中に広がります。心までまーるくなるような、そんな味です。



材料

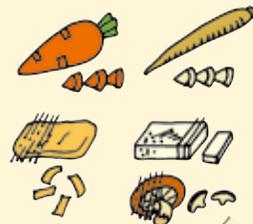
だし昆布 (少々)・小麦粉 (400 g)・クルミ (30 g)
にんじん (20 g)・ごぼう (20 g)・油揚げ (40 g)
焼き豆腐 (150 g)・干びょう (10 g)・干しシメジ
または干しいたけ (15 g)・しょうゆ (50 cc)
【黒砂糖 (50 g)・片栗粉 (適量)】

作り方

- ① 水1リットルに、だし昆布をいれて、だしをとる。



- ② にんじん・ごぼうはいちよう切り、油揚げはせん切り、焼き豆腐は拍子木切り、干びょうは1.5 cmの長さ、干しシメジ (干しいたけ) は水に戻してせん切りにする。



- ③ 小麦粉は、お湯 (約 200 cc) でこねる。それを親指大くらいの大きさに分け、黒砂糖とクルミを入れて中身が出ないように丸くする。(クルミだけの地区もあり)



*水でこねると硬くなり、お湯でこねるとやわらかくなります。

- ④ 鍋に②の野菜を入れ、煮えてきたら③のまめぶをいれて、しょうゆで味をつける。(適量の水溶性片栗粉でとろみをつける地域もあり)



〈材料・作り方は地域・家庭により多少違います。〉