

## 64 出雲そば (島根県)



写真：事務局

出雲そばは、そばの実を皮ごと石臼で挽いたそば粉に、ほんの少しつなぎ粉が入っただけの、色が黒く香味が強く腰の強いそばです。その代表格は、割子(わりご:地元では重箱の意味)そばで、三段の丸い朱塗りの器に盛られたそばをいただきます。江戸時代に松江の商人たちがそばを野外で食べた時の形からきているといわれています。

普通はそばをだし汁に入れて食べますが、出雲そばはだし汁自体をそばにかけて食します。そばだけでなく、だしも厳選され「香り三分に味三分、そしてだし三分」ともいわれています。

## 65 しじみ汁 (島根県)



写真：事務局

宍道湖の風物詩として、小船の上から長いシジミ掻きを水中に下してシジミをとっている漁師の姿があります。一昔前までは、シジミ箱を積んだりヤカーを引いたシジミ売りの人たちも町中でよくみかけました。

宍道湖で採れるシジミは黒くて粒の大きなヤマトシジミで、汽水湖で魚介類が豊富な宍道湖の七珍の一つに数えられています。このシジミを使った汁物がしじみ汁で、十分砂抜きをしたシジミを火にかけ、アクをとってから醤油や味噌で好みの味に仕上げます。すまし汁、味噌汁、どちらも美味しく栄養満点です。

## 66 ばらずし (岡山県)



新鮮な海の幸と彩り豊かな旬の野菜類を、目にも鮮やかに盛り合わせた岡山の代表的な郷土料理です。

江戸時代、備前岡山の藩主池田光政侯は質素儉約を奨励し、「食膳は一汁一菜」というお触れを出しました。それならばと町人たちは、魚や野菜を沢山すし飯に混ぜ込み、それに汁を添えて、体裁だけは一汁一菜としました。これが「ばらずし」の由来です。岡山ずし、祭りずしとも呼ばれ、岡山のハレの食として、正月、節句、彼岸、盆、結婚式、棟上げなど機会あるごとに作られ、おすそ分けの風習が根付いています。

## 67 ママカリずし (岡山県)



ママカリとは、ニシン科のサッパ(淡泊でさっぱりの意味)という小魚のことです。背が青い10cm程の大きさで、酢漬け、塩焼き、唐揚げなどで食べられます。ママカリという名が定着したのは、「おかずにしたら自分の家のママ(ご飯)がなくなり、隣の家にかり(借り)に行くほどうまい」という理由からです。

酢とよく合うので、県南地方では酢漬けやママカリずしをよく作ります。お祝い事でママカリずしをたくさん作った時は、「味を見て下さい」と言って近所に配られるようです。産卵前の6月頃が最もおいしい季節です。