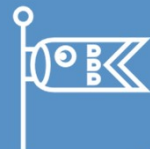


我が家の行事食

～5月～

端午の節句



端午の節句

あくまき

鹿児島では端午の節句(5月5日)の定番の餅菓子。
灰汁(木などを燃やしてできる灰に熱湯をかけ濾したもの)に浸したもち米を、竹の皮に包み、たっぷりのお湯で煮たものです。



特徴

灰汁の持つ、でんぷんの糊化促進作用や糊化したでんぷんが固くならない働きにより、モチモチとした食感を長く保つことができます。また長時間煮ることやアルカリ性の灰汁による細菌増殖抑制効果によって優れた保存食になります。

灰汁は、樫、椎、くぬぎ、ミカンの木などの木灰のほか、竹灰や大豆・そば・ゴマのさやなどの灰が使用され、出来上がりの色・風味に違いがあります。



伝承地域

鹿児島県内だけでなく、昔から鹿児島と地域・文化のつながりのある宮崎県都城市、小林市、熊本県人吉市、水俣市、葦北郡でも作られています。

歴史

一説では、薩摩藩が1600年の関ヶ原の戦いの際、又は1592年の朝鮮出兵の際に日持ちする兵糧として作ったといわれますが記録はありません。

また、灰汁に浸したもち米の調理法は、種子島では、ダンチクの葉でつつんだ「つのまき」にも見られています。鹿児島県南さつま市の坊津では「唐人巻き」と呼び、その作り方は「遣唐使」が伝えたといわれています。台湾にも「鹼粽(キーツアン)」という、つのまき風のものがあり、中国・台湾・鹿児島の食文化の結びつきが大変興味深いです。



レシピ（4本分）

- ・もち米 500g
- ・灰汁 3カップ（600cc）※市販のもの
- ・竹の皮 5枚
- ・きなこ、砂糖、塩 適宜

- ① 竹の皮は、前日からたっぷりの水につけて柔らかくし、表面のうぶ毛をたわしなどでこすって取る。
皮のはしから5ミリ位の幅で根元の方から3本さいて、あくまきを結ぶ紐にする。
- ② もち米は洗って灰汁に一晩つけ、ざるにあげて水気を切る。
この時、1/3カップ分の灰汁は捨てずにとっておく。
- ③ 竹の皮の内側を表にし、横に長くなるように起き、長さが三等分になるように内側に折り曲げ、その真ん中に、②のもち米を150gのせる。
- ④ 竹の皮の上下（手前と向こう側）の端を持ち上げ、もち米を包むように合わせて、きっちりと折りたたむ。
- ⑤ 左右は、竹の皮の根元、穂先の順で折りたたみ、もち米をしっかり包み込む。
竹の皮の紐で左右と中心の3箇所をしっかり結ぶ。
- ⑥ 大きな鍋に⑤のあくまきを入れ、残しておいた灰汁とたっぷりの湯で、落とし蓋をし2時間半から3時間煮る。
途中で湯が少なくなったら足しながら、常に沸騰が続くようにする。あくまきの大きさ、火力により煮る時間は変わる。（圧力鍋だと45分程度の加熱で出来上がる）
- ⑦ 試しに1つ開けてみて、べっ甲色になって米粒の形がなくなっていれば出来上がり。
竹の皮を開き細く裂いた竹の皮の紐を使い、輪切りにして、きなこ砂糖を混ぜたものなどをかけて食べる。



動画

由来・変遷・レシピについて、詳しくは以下のリンク先から動画をご覧ください。

⇒ [【100年先に残したい】鹿児島県の郷土料理レシピ動画 | 霧島食育研究会 \(kirisyoku.com\)](#)



NPO法人霧島食育研究会の継承活動

「かごしま郷土料理マイスター講座」や「霧島たべもの伝承塾」を通じて、「あくまき」の歴史・調理科学・作り方などを約20年前から広く伝えています。

また、3年前からあくまき作り全体を学ぶ「あくまき全部講座」を開催し、3日間にわたる体験プログラムを開発・運営しています。あくまきの原料である「灰汁」作りをはじめ、あくまき作り全体を詳細に学ぶ内容となっています。

会員：NPO法人霧島食育研究会 理事長 千葉しのぶさん（鹿児島県）



写真

作る人によって、煮る時間の差から色や形に違いが生まれます。

○叔母の手作りあくまき



九州農政局職員：Aさん（鹿児島市）

○鹿児島県薩摩川内市のスーパーで購入したあくまき



事務局：Bさん（熊本市）

発行元：地域の和食文化ネットワーク九州事務局
(九州農政局 経営・事業支援部 食品企業課 地域食品・連携班)