

連載：地方品種をめぐる8

大分県「みとり豆とみとりおこわ」

神谷 禎恵

はじめに

皆さんは「みとり豆」をご存じですか？
小豆大の大きさと黒色または赤色、腎臓形をしたこの豆は、つるなし黒ささげの一種です。大分県内でも、一部の地域を除くと、知っている人すら限られる希少な豆です。

栽培される地域は、九州の北部に位置し、瀬戸内海を望む周防灘にそった大分県宇佐市から中津市あたりが中心です。山国川（やまくにがわ）と駅館川（やっかんがわ）という大きな河川が流れ、河口には県下一の平野が広がっています。

この地域は、米や麦を中心として野菜や大豆などの栽培も盛んです。寒暖差が少なく降水量も少ない乾燥した気候で、瀬戸内の温暖さを兼ね備えています。その気候を利用して、昔から周防灘でとれる魚や、海老、貝、海苔などの乾物加工も盛んに行われ、小麦から作る天日干しのそうめんやうどんなどの製造業も盛んでした。かつては小さな街に、いくつもの海産物問屋が並び、製麺業や海産物加工業、酒蔵などの醸造業も多くあり、街は活気にあふれていました。

かみや よしえ 生活工房とうがらし代表



みとり豆のさや

お祝い事には赤いおこわ、
仏事には紫のおこわ

この地域には、みとり豆を使った「みとりおこわ」という料理があり、地元の人はこちらを「おこわ」や「赤飯」と呼んできました。小豆で蒸すおこわもありますが、地元では、小豆よりもみとり豆が手に入りやすかったこともあり、多くの家庭でみとり豆を使ったおこわや赤飯を作っていました。

みとりおこわは通常は紫色のご飯になります。みとり豆にも「黒みとり」「赤みとり」と種類があって、黒みとりで炊けば紫色のご飯に、赤みとりで炊けば少しピンクがかったご飯になるのですが、ほとんどの家庭では、黒みとりの煮汁の量を加減して色

をつける場合が多いと思います。お祝い事であれば、赤飯のようなピンク色になるよう煮汁を少量にし、仏事であれば、紫色になるように煮汁を多めにするというように使い分けがされてきたようです。



黒みとりと赤みとり

収穫はお盆に合わせて

特徴的なのは、仏事に紫色のみとりおこわを蒸すことです。昔は冠婚葬祭、お祝いの内祝い、法事の茶の子として、みとりおこわをたくさん蒸して隣近所や親戚などに配ったり、たずねてくださる方にふるまったりしていました。

ご飯の色具合を見て「今日はお祝い事なのね」「今日は仏事だったんだ」と判断したものです。「初盆がある」「法事がある」と聞いては、近所の人や親戚の人が、そのお宅のために多めの収穫を見越して豆から植え、採れたみとり豆ともち米とを一緒にお供えとしてくださることもよくありました。

そのため、みとり豆は大半がお盆に間に合うようにと、5月に種を播き、7月末～8月上旬に収穫し、種は各農家で採種し保存

しながら毎年栽培を続けています。畑にも植えますが、多くは田んぼの畦に畦豆として植えられている風景をよく見かけます。

この地域は、麦の生産も盛んだったため、小麦粉から作る地粉もよくできます。

おこわに使われるほかは、地粉を使って作る「ゆでもち」の餡などとしても活用されていました。自家用で収穫した豆は各家庭で、みとりおこわやゆでもちなど様々な料理に活用されていたのではないのでしょうか。

食文化を伝承するための課題

みとり豆は、ささげのさやから実だけを取るから「実(み)とり」ともいわれ、また実を3回取るから「3(み)取り」といわれているなどの諸説があります。畑に植えて一斉に収穫するというのが難しいため、小豆のような大量生産には向きません。そのため、田んぼまわりに植えて、成熟したつど収穫することが多いように思います。地元では、道の駅やJAのふれあい市場などで販売されており、たいていは年間を通して購入が可能です。お盆前になると「初盆があるから」「帰省してくる人たちに食べさせたいから」と多くの人買い求め、各家庭で供される風景は、お盆ならではかもしれません。

最近地元でも、みとり豆の炊き方がわからない、みとりおこわがうまく作れないという声も聞かれるようになり、みとり豆すら知らないという人も増えています。2011年には宇佐市と協働して「みとりお

こわの素（炊飯器にもち米と一緒に入れて炊くだけのもの）」を開発しましたが、サンプル加工した段階で終わっているのが現状です。みとり豆自体が大量生産に向かないため、加工する豆の量を確保することが難しい点や、地域性の際立った商品のため、作った後の販路開拓などの点が課題として残されました。

あわせて、食文化の伝承という点から見たときに、本来のみとりおこわの蒸し方や炊き方を知ることなく、手軽にできることだけが先行してしまうと、本来の食文化の継承ができないのではないかという問題も生まれました。

地域に残る食材として、みとり豆のことをもっと知ってもらい、みとりおこわなど地域料理の作り方とあわせて、文化的背景も伝承できるのが一番よいと思っています。

一般的に、赤飯・おこわといえば、前の日からもち米を水につけて、豆を炊き、蒸し器を出して、打ち水をしながら蒸すのですが、それがとても手間で、今日では蒸し器を使った料理の出番が少なくなってきました。最近では炊飯器で手軽におこわを炊くことも可能になったため、みとりおこわを使った新たなレシピでの展開も必要だと感じています。

みとりおこわの風味に感じる「懐かしさ」

平成14年度末で閉校となった大分県立長洲高等学校の家庭科クラブ、最後の卒業生たちは「みとり豆に見るわが町長洲」と

いうプロジェクト研究を行いました。その中では、以下のことが報告されています。

- ・地域の人びとは、みとり豆の赤飯を美味しく食べやすいと感じていること。
- ・ゆでもちは子どもからお年よりまで大人気なこと。
- ・みんなでお盆をたいせつにする風習があること。
- ・小豆で炊く赤飯とは違う風味を、地域の行事とともに懐かしいと思う地域住民が多いこと。

私もこの長洲に育ちましたが、たまたま我が家では、お祝い事は小豆で炊くピンク色をした赤飯、仏事は地域の風習に従い紫色をしたみとりおこわを炊いていたので、小豆とみとり豆の違いはよく知っていました。

小豆の赤飯は、口当たりもよくさっぱりとした味わいですが、みとり豆はささげ独特の風味で豆にも歯ごたえがあります。全国的にも、よく赤飯でささげの豆が使われるのは、皮が破れにくいからです。小豆は炊くときに煮くずれて「胴割れ」しやすく、昔はその胴割れが切腹を連想させるということで忌み嫌われていた経緯から、縁起を担いで皮の破れにくいささげやみとり豆が重宝されたのです。

私は以前、小豆で炊いた赤飯のほうが口当たりがよくておいしいと思っていたのですが、年を重ねるごとに、みとりおこわの味を懐かしいと思うようになりました。

注目を流行で終わらせるのではなく

長洲は昔から初盆会の行事が盛んなところで、お盆が近くなると「御殿灯籠（ごてんどうろう）」という畳一枚以上もあるような豪華絢爛な灯籠を飾ります。精霊送りの際には近所や親戚で担ぎ、墓所まで運びきれいに燃やしてしまう風習があります。この初盆会の際には、その家庭で必ずみとりおこわがふるまわれ、近所や親戚にもそのおすそわけが来るのです。その御殿灯籠を眺めながら、みとりおこわを頂き、故人を偲ぶ風習は、紫色をしたおこわの味と相まって、とても感慨深いものです。

以前、みとり豆が全国ネットのTV番組でみとりおこわとともに取り上げられ、めずらしい豆として脚光を浴びたことがありました。地元では価格が高騰して品薄状態になり、全国の生産者や業者さんから、みとり豆についての問い合わせが相つぎました。中には、みとりおこわが仏事に活用されるということに着目した葬祭業者さんや、大量生産したいという北海道などの大規模農場からの問い合わせもありました。

みとり豆が農産加工物の材料として注目されることはとても喜ばしいですし、多くの人に知ってもらって世に出ることは嬉しくもあります。ただ、消費や産業化が目的であってもその背景にある地域の文化にも目を向けてほしいと思います。そのためには、ただ売るだけではなく、その食材の特性やその食材を使った料理の伝承も合わせて行っていかなければならないと思っています。



長洲の地域文化を代表する御殿灯籠

先人から伝わる食文化は私たちへのエール

私の母である金丸佐佑子（伝承料理研究家）は、1997年に大分県宇佐市で台所だけの建物「生活工房とうがらし」を建てました。地域の食材や地域ならではの食べ方を研究し、食文化を伝承していくことを活動の目的にしています。「日常茶飯の中にこそ、学びの知恵がある」「日常の食は非日常から見直す」「おいしさ以上のもの」「生きることは食べること」などをテーマに足元の食を見つめています。

そのテーマのひとつとして「みとり豆とみとりおこわ」も取り上げてきました。「自分たちの食べるものに自信を持つことが、自分の生き方にも自信を持つこと」につながると考えています。

日常の食は名もない料理ばかりです。調理方法は、そのまま切るだけや、炊く、焼く、蒸すなど基本調理の繰り返しです。食材も「走り、旬、名残」と続き、来る日も来る日も同じ食材が続きます。一見単調に見えますが、料理の中に先人たちの思いや知恵が詰まっています。その地域ならではの

の調理方法や料理の呼び方など、その土地で今を生きる私たちに元気を与え励ましてくれます。その食文化を伝承していくことが郷土に生きる誇りであると考えます。「料理はエール」それも母の口癖です。

食べることは受け継ぐこと

地元の料理を、年配の方や土地を離れた方が懐かしいと感じることは、その土地に対する愛着ではないでしょうか。私たちの地域で言えば、それは初盆の思い出であり、ともに語られる故人との思い出であり、大人数で集まって時間をかけておこわを蒸している風景かもしれません。食文化を伝えていきたいと思う時、みとり豆のような地域に根づいている希少種こそが大切な存在だと思うのです。

地域にある希少種は、他では食べられないものです。今は地元を離れ遠くに住む人が「お盆になると、みとりおこわを懐かしく思い出すのよね」と話す時、その核となるのは、小さな黒い豆であり、その豆を使ったこの家庭でも作られていた普通のごはんなのです。

懐かしさとは、料理の味わいだけでなく、色あい、人とのつながり、食卓のにぎやかさ、もしかしたら御殿灯籠の思い出かもしれません。そんな風景をよみがえらせてくれる小さな豆こそが、とても大切な存在だと言えるような気がするのです。

また、「食」とは食べるという行為のみに限定されるものではなく、生きる基本になるものです。私たちは食べるという行為

を通して、様々な何かを受け継いで次の世代に繋いでいるように思います。豆ひとつ、おこわひとつにも、背景があり、その土地の自然環境や文化、食文化があり、それらを残していくことが、その土地を生きることだと思っています。

「紫飯偲び草」に込めた思い

金丸佐佑子は、みとりおこわについて「紫飯偲び草（しはんしのびぐさ）」という商標を取っています。県や市や様々な方々の知恵をお借りして商標を取得したのですが、その豆を独占するという意味ではありません。豆の価値が乱用されることなどを危惧してのことで、足元の文化を大切に、ぜひ後世に繋いでいきたいという思いからです。

みとりおこわも「紫飯」として商品加工やレシピ開発などに使っていただいて構わないのです。ただ、その地域や土地に根づいた食文化に対する理解があってほしいと願っているのです。もし、みとり豆が多くの方に知られ、紫飯偲び草があちらこちらで食されるようになる時、「みとり」の意味や、紫飯への思いも伝承されていけばすばらしいと思っています。

ぜひ全国豆サミットを！

どんな豆にもルーツがあり、食べられてきた長い歴史があります。食文化の背景や、地域、風土、作る人、料理する人たちが必ずいます。豆は、乾物として保存が利き、栄養食品としてもすばらしいものです。ま

た、調理方法が豊かでこれからの時代ますます見直される食材だと思っています。

母の夢は「全国豆サミット」を開催することです。様々な豆のレシピを掘り起こしていく中で、先人の知恵に気づき、まちがいなく新たな発見もあるでしょう。各地方で受け継がれる豆や、同じような豆料理の存在を知ることは、各地に伝わる豆の歴史だけでなく、豆を介してその土地を知ることになります。併せて豆を使ったPRや、引いては観光産業にもつながっていきま

す。
たかが豆かも知れませんが、されど豆。ぜひ全国のおらが豆が集まって、“豆豆しく”豆自慢をする全国豆サミットを実現したいと願っています。

仏事に蒸すみとりおこわの文化は、秋田

県のごく一部にも残っていると聞きました。みとり豆という名前ではなく「天甲小豆（てんこあずき）」と呼ばれ、すでに海外でも生産されていて、そのおこわは地域の惣菜売り場に並び、懐かしい味を求める人がたくさんいると聞いたことがあります。

三重県近県には「白みとり」があるそうで、黒みとり、赤みとりはないそうです。とても不思議な話です。ぜひ、全国豆サミットで、豆交流を実現して友好を深めたいものです。

最後に「みとりおこわ」のレシピをご紹介します。ぜひご参考下さい。

生活工房とうがらし

<http://www.kanamarusayuko.jp/tougarashi>

みとりおこわ（紫飯）

<材料>4人分

ゆでたみとり豆…120g
みとり豆のゆで汁…適量
もち米…450g
水…400~450cc
みりん…小さじ1
塩…ひとつまみ



<作り方>

- ①みとり豆を沸騰したお湯に入れて、強火で炊く。再び沸騰したら一度水を捨て、新しい水を入れて強火で炊いておく。（豆が七分くらいの硬さ、指でやっつつぶれるくらいの硬さが目安）
- ②洗ったもち米を炊飯器に入れ、ゆでたみとり豆をのせ、炊飯器の分量に合わせて水加減をし、みりん、塩を加えて炊く。色を濃くしたい場合は、みとり豆のゆで汁を水の代わりに入れるとよい。