

「南部のそば」と「自家焙煎珈琲」 そこに盛岡の魅力の原点があった

2023年1月12日にアメリカのThe New York Times(ニューヨーク・タイムズ)が「52 Places to Go in 2023(2023年に行くべき52か所)」を発表し、イギリスの首都ロンドンに続く2番目に盛岡市が紹介されました。その理由として、わんこそばと、珈琲ショップなどが紹介されていましたが、ここでは「わんこそば」のルーツともなった「南部のそば」、盛岡市周辺だけで30軒はあるという「自家焙煎珈琲店」事情を深掘りし、盛岡の魅力の原点を探ってみました。

南部と蕎麦と雑穀と

厳しい自然環境ゆえの食文化

四国4県の広さにも匹敵する岩手県。旧伊達領の県南・北上川中流域は、大地も肥沃で気候も比較温暖。古くから米作りが盛んで、米食中心の食文化が発達しました。それに対し、旧南部領の県北部はヤマセの影響を受ける冷害の常襲地。しかもその大部分が農業に適さない山地。貴重な換金作物だった米の生産量も少なく、農家であっても白米だけのご飯が日常的になったのは昭和40年以降だったとされます。

その代用品として用いられたのが、寒さに強い雑穀類や蕎麦、小麦、大豆など。昭和40年頃の二戸市では稲作面積より稗、蕎麦、小麦などの作付面積の方が多かったとのこと。

「南部のそば」は温かいスタイルが主流。薬味は「ごんばち」と呼ばれる「もみじおろし」。赤唐辛子の発汗作用で冬は暖をとったという。かえしは使わず、その都度、煮干し、昆布などから出汁をとる。「晴れ食」にはキノコ、地鶏などを載せちょっと豪華に。
※写真はイメージ



日常食であり、晴れ食でもあった蕎麦

今でこそ注目を集める蕎麦、雑穀類ですが、そのままの状態では食味に劣ります。「米に匹敵する、いや、米以上の美味しさで食べたい」。そこで発達したのが独自の加工技術。粉にし、水分を加え、捏ねたり、捏ねたものを伸ばしたり、切ったりして調理。食材の特性、持ち味を生かした「しとねもの」が数多く誕生します。これら「しとねもの」が、日常食であり、時に「晴れ食」「行事食」として正月や小正月、お盆、慶用の膳を飾りました。

※注)生米を粉にして加工したものを「神饌」のことを意味する「藁(しとぎ)」という言葉があるが、県北エリアでは、穀物の粉を加工した捏ねることを「しとねる」と表現

県北地方に 伝承される 伝統食 地域食



ひつつみ

「すいとん」のようなもの。捏ねた小麦粉を薄く延ばし鍋に「ひつつまんで入れた」ことでその名がつけられたとされる。



柳ばつと(う)

蕎麦粉を捏ね柳の葉のように形成。煮干し等で出汁を取り醤油で味付け。



かけ

切りそば、はつと(うどん)を成形された際に残った「かけら」に由来。豆腐、大根などと鍋に入れ火が通ったらニンニク味噌を付けていただく。



あずきばつと

餅の代わりに小麦ばつと(コシの強い太うどん)入りの汁粉。甘さはやや控え目



豆しとぎ(豆すつとぎ)

固茹でした大豆を臼でつき米粉、砂糖を加えかまぼこ状に成形。12月の山神様の年取りの晩に供された。