



～大豆入りだし汁うどん～

材料 (約4人分)

大豆……………0.5合
だしこんぶ……10g
干しいたけ…10g
うどん(乾めん)
……………200g
小ねぎ……………2本
薄口しょうゆ
……………大さじ2
みりん……大さじ1

作り方

- ①大豆は1晩水につける。
- ②だしこんぶは3cm角に切り、干しいたけは戻して大きいものは2～4つに切る。戻し汁は取っておく。
- ③大豆はつけ汁ごと、②を加えて火にかけ、沸騰したら弱火にして大豆がやわらかくなるまで煮る。煮詰まったときは水を足し、ゆで汁(だし汁)の量が1,000ccになるようにする。
- ④③を薄口しょうゆとみりんでき味する。
- ⑤うどんをゆで、おわんにつぎ分ける。熱い④を注ぎ、小口切りにした小ねぎをちらす。

大豆としいたけ、こんぶでだしをとり、具材はだしをとった材料をそのまま使ったシンプルなおうどんです。新和では、法事など大勢が集まったときにふるまわれています。あっさりとした味で、つるつると何杯でも食べることができます。

皆さん、ぜひご賞味ください。

提供：市食生活改善推進員協議会

写真①



～天草町高浜地区の段々畑～

写真②



写真①は、昭和23年ごろに撮影された1枚です。高浜地区では、人々が日々の生活の糧を得るために、このように山を開いて耕し、カライモや麦を栽培していました。その後、収益性が低いことや出稼ぎが盛んになったこともあり、畑を手放す人が増加。現在(写真②)は、緑が生い茂る風景となっています。

【問い合わせ先】天草アーカイブズ(五和支所内) ☎0969-5515

天草アーカイブズ収蔵
思い出写真館



「煙めく人たち」の取材で訪れた「本渡第一映劇」。子どもころ、父親に一度だけ連れてきてもらったことがあり、迫力のある音と映像でくぎ付けになったのを覚えています。映画を見る習慣がない私ですが、「身近に映画館があることのすばらしさ」を知ることができました。

【素】

2月14日はバレンタインデー。チョコレットを食べるとなぜか幸せな気分になる。一説には、脳が恋をしているときと同じ状態になるらしい。男性からもらえる「逆チョコ」も期待できないので、自分自身に贈る「自分チョコ」で幸せな気分になろうかな。食べ過ぎは逆効果らしいけど。

【海】

例年になく寒い日が続いていますね。そこで、屋外用にヒートテックなるものを買入りました。そう「ズボン下」です。着用すると、さすがに温かく優れたものです。ただ、癖になりそうで、着たのは2回だけ。薄毛の足で激寒の日々を暮らす、「やせがまんの子羊」です。

【凡】



編集後記