

麦穂だより

第10号 2004年 発行 武蔵野手打ちうどん保存普及会川崎支部
10月発行 事務局 川崎市麻生区白鳥3-13-3 北條鈴子 TEL044-987-9149

音楽に合わせて「うどんダンス」で生地を踏む —讃岐の中野うどん学校体験記—

大河原美春
(川崎支部会計監査)

他を知って己を知ると言います。我が武蔵野手打ちうどんの旨さを再確認しようと、本場・讃岐の技を学びに8月8日、中野うどん学校に入学しました。にこやかに迎えてくれたのは金比羅宮の参道にある中野うどん学校の校長松永澄子さん。愛称「まっちゃん」先生です。まっちゃん先生の講義は、まさに立板に水。軽やかでユーモアたっぷり。歌あり、踊りありのうどん講座は全国的に評判です。私は、この「まっちゃん先生」に会いたくて、わざわざ讃岐まで出かけてしまいました。「ほな、始めるよ」楽しい講座の始まりです。生徒は1学級30名程度。手を洗い、おしぼりで手を拭くことからはじまりました。

初めてのうどん打ち実技は小麦粉250g(2人分)からです。「慣れたら少しずつ量を増やしていくとええやろ」まっちゃん先生は私の表情を見て「ええやろ」と念を押すように合図を送ってきました。

塩水は季節によって量が変わります。中野うどん学校の塩水秘伝は「土九寒十五常十一杯」の塩加減で、夏は水9杯に対し塩1杯、冬は水15杯に対し塩1杯、春と秋は水11杯に対し塩1杯の塩水を作ります。塩はあら塩でナトリウムが95%

以上含まれているものを使います。「塩は物を腐らせない殺菌効果とグルテンの強度を高める力がある」「水は水道水でもええから30分前の汲み置きしておくとなええよ」「アイスコーヒー、ワイン、抹茶、かぼちゃ、きな粉なんかを打ち込んでもおいしんや」まっちゃん先生の名調子が続きます。「うどんのおいしさの秘訣は何だと思う?」「秘訣はな、小麦粉と塩と水とやる気を入れることや」「やる気を入れることが強い腰を生むんよ」「本物のうどんは指で押したら戻ってくる。固いうどんは機械だからや」と笑い飛ばします。さて、いよいよ「あわせ」に入ります。食塩水を打ち水し、初めは粉をゆっくり持ち上げ、静かに上下に粉と食塩水を合わせていきます。



「水を入れるのではない、粉に水を含ませるんや」「力を入れたらあかんよ、子どもをあやすようにやさしくな」空気を入れるようにふわふわほぐします。突然どこからか「ズンドコ節」が流れ出しました。生徒はみんな曲に乗り、まっちゃん先生の手拍子に合わせてリズム良く上下に混ぜます。次は、指を熊手のように広げて「まぜ、こね」に入ります。粉と食塩水と空気が十分混ざり合うように粉を持ち上げては落とす動作を繰り返し、手のひらのつけ根を使って団子状にまとめていきま

(次ページへ)

す。「こね」になると曲が変わり、「こね」のからだの動きに合った「星の降る夜」が流れ、まっちゃん先生が「腰の振る夜は・・・」と歌い出したので、生徒一同みんな大笑いをしてしまいました。いよいよ足踏み、団子作りです。生地を厚手のビニール袋に入れ、足のかかとでくるくる回りながらまんべんなく踏みます。このとき、また曲が変わり、「恋のバカンス」や「手のひらを太陽に」が流れ、曲に合わせてゴザにサンドされた生地の上で軽やかに舞います。讃岐名物の「うどんダンス」です。私も思わず、先生に連れられて、手を広げて踊ってしまいました。平たくなった生地を団子にして、足踏み～団子作りを3回繰り返しました。踏みはじめは70歳の肌。1回踏むと50歳の肌に、2回踏むと30歳に、3回目を踏み終ると「ほれ、20歳の肌になったよ」とモチモチ肌の団子をさすってまっちゃん先生は笑います。楽しいうどんダンスのあとは熟成に入り、ちょっとお休みです。ビニール袋に団子状の生地を入れ、熟成醗酵させます。夏は30分～1時間、春秋は1～2時間、冬は2～3時間です。いよいよ手打ちです。生地を麺台の上に乗せ、厚さを整えるために一度軽く延ばしてから麺棒に巻いていきます。麺棒の太さは2.3cm、巻いたまま台上に転がしながら、体重をかけて巻き延ばします。生地を麺棒から広げ、90度回転させた位置で再び麺棒に巻きとり打粉をします。巻き延ばす時の手の位置は、麺棒の中心部分から徐々に外側にずらし、これを繰り返して4回の巻き延ばしで3～4mmの厚さに均等に生地を延ばします。打ち台においた生地は、やさしい肌ざわりになりました。包丁切りは3～4mm位に切ります。包丁は生地の折り線に直角に位置させ、そのまま垂直に切り進んでいきます。「包丁は半分からうしろを使うんよ」「刃先で切ったらあかん。半分からうしろでストンと切るんや」まっちゃん先生の指導を受けてトントントントン、リズムに合わせて楽しく切り終わることができました。自分が食べるおいしいうどんのできあがりです。私達は、自分で打ったうどんを持ち、教室を出て畳の部屋に移り、いよいよ試食です。一人用のコンロの上に鉄鍋をのせ、釜あげうどん、感動まるごと10倍おいしくいただきました。釜あげうどんは、名前の通り、うどんを茹で湯と

一緒に井にくみとり、別の熱いつけ汁に薬味、ねぎ、おろししょうがを加え、つるつると、のどごし良く、ま白いもちもち感の温かいうどんをズズッとすすめるのです。「ねぎは血液さらさらに、しょうがは免疫力を高める効果あり」とまっちゃん先生の講義は続きます。まっちゃん先生のお薦めは「生醤油生玉子うどん」です。茹で上がったばかりの熱々のうどんに卵黄をからめ、ねぎを盛り、醤油をひとたらしして食べるうどんは絶品だと言います。讃岐のうどんだしに欠かせないのはいりこです。いりこだしは水2リットルと煮干しいりこ25g、だし昆布20g、鰹節25gを入れて沸き、火を止めて布巾でこすと約5人前、1.8リットルの白出しができます。その白出し汁1.8リットルに濃口醤油40cc、たまり醤油40cc、味醂20ccを加えて一沸かしすると美味しいつけ汁ができます。冷蔵庫で一夜寝かすと丸味がでて更においしくなります。あとは自分の味に調節すると良いでしょう。

武蔵野手打ちうどんは、農林61号という地粉の香りと風味の旨さで勝負ですが、讃岐うどんは、つるりとした肌のなめらかさ、透明感のあるいりこだしの旨さなど、それぞれの美味さを学ぶことができました。それぞれの良さを吸収し、更においしいうどんを求めて研鑽を積んで行きたいと思い、琴平をあとにしました。



鯉 鮎 屋 探 訪 記 その1

中野敏雄

(川崎支部幹事)

我が「武蔵野うどん」の味を更に奥深く追求するためにも、様々な「うどん」を味わってみることが肝要と考え、身近なところから歩き始めることにした。人の味覚は十人十色。訪れてみて、味わってみてこれはうまいと一言添えても、それは私の感じる味。もともと私は味に関しては寛大である。並以上であればなんでもうまいと感じてしまう。普段は粗食であるから最高の味などわからない。というわけで、なんだか頼りのない探訪記になりますがご了解をいただきたい。

今回は、南武線矢向駅から徒歩3分の手打ちうどん「かめや」を訪ねてみた。店の入り口、外からも見える位置に手打ち台が備え付けてある。仕込みはその都度ではないようで、実演は見る事が出来なかった。店主は50代前半、一人で仕切っている。お手伝いは60代の女性一人、忙しそうに立ち振舞っていた。まず注文は「天ざるうどん」。出てくるまで20分、当日(平日夜7時頃)店には先客が5名(後から5名ほど入ってくる)。出された「うどん」は純白の讃岐系のうどん。早速1本そのまま摘んで口に運ぶ、歯ごたえは十分、シャキシャキ感もある。残念ながら風味は少ない。

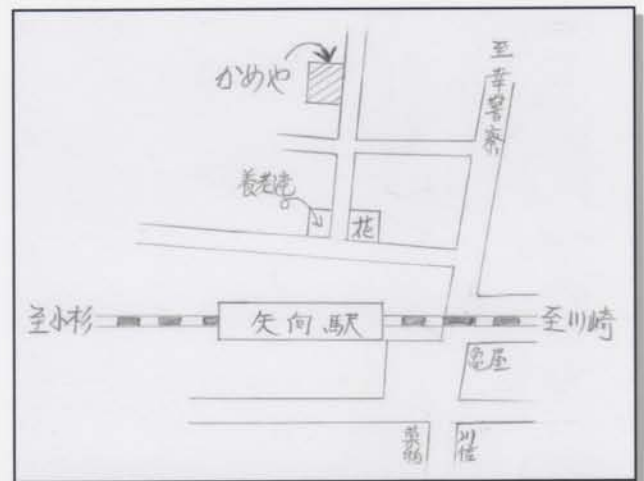
次につゆにつけ、ツルツル感を味わった。仲々いける。麺は手打ちのため長い60センチ以上ある、麺切バサミが添えられていた点が面白い。粉はたぶん外国産であろう。つゆはやや甘、出汁はきいている。添え物の天ぷらは大海老1本、それにカボチャ、シシトウ、ナスの野菜揚げ。これで950円、値段も手ごろ。

ちなみに他のメニューを幾つか並べてみる。ざるうどん550円、大ざる600円、カうどん680円、天プラうどん900円など。客に若い人が多いせい、うどん付定食が700円から850円位で何種類もある。ビール大550円、酒正1合400円。

店の雰囲気は気になる。外観はあまり飾り気がなく、入り口左右にメニューケースと手打ち台を備えたごくありふれた店構えである。表には「手打ちうどん」と書いた幟旗と暖簾が目立つ。

一歩中へ入るとカウンターに5席、テーブル2人掛け3台、4人掛け2台の小さな店である。店内の白壁がさっぱり観を出している。店主は無口だが人がよさそう、お手伝いはテキパキと良く動いている。帰りに土産の張り紙が目についた。生うどん300円、つゆ250円、揚げ玉100円。

一度寄ってみる価値がありそう。月曜日定休、営業時間は朝11時から夜10時まで。駅から近いのがグー。



住所 横浜市鶴見区矢向5-7

TEL045-585-2052

武蔵野手打ちうどん保存普及会川崎支部活動報告(前号以降)

- 6月27日 支部講習会(平成16年度第1回)
 - ・参加者 午前34名 午後18名 計52名
- 7月29日 支部役員会
- 9月4~5日 支部指導者養成講習会
 - (1泊2日) 会場:市立青少年の家
 - ・参加者 支部15名 指導者 本部3名
- 9月12日 本部研修・親睦旅行会
 - ～水沢うどんを訪ねて～
 - ・参加者 支部10名(本部40名)
- 10月3日 支部講習会(平成16年度第2回)

今後の予定

- 11月20日(土)～21日(日)
 - 麦まき日待ち～秋の祭
 - (小平市 本部最大のイベント)
 - 20日はうどんづくり
 - 21日は祭り本番
- 【うどんづくりの実習、ボランティア募集】

加藤会長のお話から その2

幹事長 山田敏徳

うどん博士=我らの加藤会長先生が自宅の庭に建てた《有山庵》で、うどんを打ちながら話された内容を前号に引き続いて紹介します。粉について、どんな粉がよいのですかという質問を良く耳にします。薄力粉・強力粉とかありますが、手打ちうどんには中力粉から強力粉に近いところが適しています。

手打ちうどんの工程では、先ず練り上がるまでに1キロで大体15分ぐらい。それから踏んで丸めて寝かせます。体重の重い人が踏むと効果的で良く、昔の女性は子どもをおんぶして踏んだそうです。良く踏んで丸めてまた踏んで丸めます。4～5回やってよく練り上げてビニールに包んで寝かせます。加藤先生は、丸めた玉を寝かせている時は一定の温度がよいので、温度が変わるのを避ける意味から布団の間にに入れて寝かせます。そしてその時間は、夏は30分ぐらい、冬は小一時間ぐらい寝かせたほうがグルテンを引き出すとのことです。



ありし日の加藤有次会長（有山庵にて）

押入を開けて、布団の間から一時間寝かせたうどんを取り出し、これをこねなおします。ここが重要で、光沢が出てき、丁度良い固さになります丸く鏡餅のようにしてから踏む、それから麺棒で転がす、おさえて転がして麺棒に巻く、芯に巻きついて延びてゆくのがよくわかります。斜めにおいて、方向をすこしずつ回転して変えてやると全体が丸く均等に延びていきます。できたうどんは、すぐ茹でるなら同じ粉（共粉）でよいのですが、そうでなく冷蔵庫などに入れておく場合はくつつくのでコーンスターチを使います。のしたうどんの両面に粉を振り、まな板の上に屏風だたみ（2～3回）にして麺棒を抜いて、そして切ります。うどんきり包丁は両刃、そばきり包丁は片刃、切り方は揃えて切ります。細めのいい人は細めに、太めのいい人は太めに切ります。細かったり太か

ったりすると茹で時間が全部違ってきます。小麦は武蔵野台地でとれた埼玉産の農林61号を使っています。現在、小平市で農林61号を栽培しているのは数軒しかありません。

ゴングゴングゴングゴングゴングゴングゴングゴングゴング

あ と が き

ゴングゴングゴングゴングゴングゴングゴングゴングゴング

去る9月5日（日）支部指導者養成講習会に参加しました。前日から『川崎市青少年の家』に本部幹事長と幹事が泊り込みで、懇切丁寧に指導してくださいました。当日は、500グラムの小麦粉の中で、共粉を確保してから塩水の塩梅を工夫して始めました。練って、踏んで、丸めた状態で重さを量り、ねかせた後再度計量して変化をみる等、新しい試みがありました。講習会で、大勢を前にしたデモンストレーションとは別の新鮮味を感じました。それにしても粉を練り上げるまでの細心の注意と、慈しみ、いとおしむような愛情のかけかたに手打ちうどん道の奥深さを知らされた思いでした。がさつな私に、こまごまと手を貸していた

だいたおかげで、おいしい手打ちうどんが出来上がりました。

この「麦穂だより」も今回で第10号になります。創刊号から第4号までを編集・製版して下さった豊岡裕一郎様、第5号から現在までを引き受けて下さっている小沼博司様にこの場を借りて厚く御礼申しあげます。毎回締め切り間際をお願いしているにもかかわらず、快く原稿を届けてくださる執筆者の皆様にも感謝の気持ちで一杯です。伝統を守りながら新しい道も探る「武蔵野手打ちうどん保存普及会」の川崎支部広報紙として節目を迎える第11号に新風を吹き込むアイデアや原稿をお寄せください。