

信州松本市・四賀



クラインガルテンだより

■発行／松本市指定管理者 四賀むらづくり株式会社 〒399-7404 長野県松本市取出481-1 TEL・FAX 0263-64-4447 1月31日 ■印刷／(株)プラルト

2012 早春号

Vol.11



大寒の雪花火かな？ 坊主山クラインガルテンの枝垂れ柳



昨年暮れから雨雪の少なかった四賀の里にも、ようやくまとまった雪が降りました。今冬は乾燥と低温が繰り返され、各地でインフルエンザが流行しています。今回の雪は大寒にも関わらず重く湿った雪でしたから大気の湿度を上げる手助けになることでしょう。

この雪の中でも、真冬のクラインガルテンライフを楽しんでいるガルテナーの皆さんのが大勢います。薪ストーブや雪見酒に酔を得ながら、春を待ちつつ信州暮らしに思いを馳せています。今年こそ無病息災でありたいと願いつつ…。



つぶら 「円揚げ」



— 香ばしい甘じょっぱいタレがおいしい —

北アルプスの清流を集める安曇野を中心に、信州は全国で2番目の「ニジマス」の産地です。身の綺まったニジマスを「塩焼き」や「甘露煮」で食べるのは知られたところですが、安曇野市の明科地域などに昔から伝わる「円揚げ」は、意外に知る人ぞ知る産地の名物なのです。開いたニジマスを揚げた際、クルッと丸く反るのは新鮮な証拠。その姿は“円満”につながり、縁起が良いことから祝いの膳に登場します。頭からシッポ、骨までサックリと全部食べができるで、とってもヘルシー。甘じょっぱいタレで老若男女に愛される味。随所にありますが、穴沢温泉松茸山荘でも食せます。

**信州の味なはなし
大集合**

「松茸アイス」



マツタケの産地、地元四賀の山で採れた貴重なマツタケ。これをアイスクリームに練り込んだ気品のある逸品がいま人気です。秋に採れたてのマツタケを生の状態で冷凍保存し、ミキサーで粉碎してたっぷり入れたぜいたくさ。アイスはその高貴な香りを生かすものを厳選しました。絶品の味と香りは500円。松茸山荘本館と別館で楽しむことができます。

「灰焼きおやき」



信州の郷土食「おやき」。噛みしめると、しみじみ美味しい「灰焼き」おやきが松茸山荘に登場しました(1個280円)。中身は「切り干し大根」「なす」「野沢菜」「野菜」など日替わり)。おやきは地域によって、そして家庭それぞれに皮と中身、製法にこだわりがあります。このどっしづとした大きな「灰焼きおやき」は、灰の中に埋めてじっくりと焼き上げます。噛みしめるほどに地粉のうま味が口いっぱいに広がり、母の手の温もりを感じる健康食。決して華やかな料理ではありませんが、忘れたころにまた食べたくなる、素朴で心くすぐる味なのです。(現在お休み中です)

「キュウリの佃煮」



採れすぎたキュウリをおいしい“ご飯の友”に変身させる保存レシピを紹介します。酒の肴にもピッタリです。

<材料>

きゅうり1kg、塩ふき昆布20g、たかの爪1~2本、ショウガ適量、調味料(砂糖50g・しょう油50cc・酢70cc・みりん20cc)

<作り方>

- ①キュウリは薄い輪切りにし(野菜切りカッターがあれば簡単です)塩を振って落とし蓋をし、一晩おく。
- ②キュウリを布袋に入れ、洗濯機の「脱水」で水分を切る(1分くらい)
- ③調味料を鍋に入れ、キュウリと細かく切ったたかの爪、ショウガのせん切りを加えて強火でかき混ぜながら、水分を炒り飛ばす。
- ④そのままおき、冷めたら塩ふき昆布を混ぜる。

「塩イカの和えもの」



イカを丸ごと塩漬け加工している海辺では、全く食べないそうですが、海のない信州では昔からなじみ深い「塩丸イカ」。まさに信州の味です。昔は貴重な海産物のごちそう、今は懐かしい故郷の味となっています。

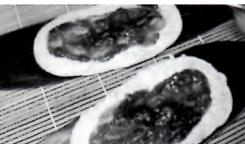


<作り方>

- ①塩丸イカは3ミリほどの厚さに切って塩を少し入れた水に浸し、塩抜きする。
- ②ほど良く塩が抜けたら、輪切りにして塩でもんで水気を絞ったキュウリ、ワカメと和えて味をつける。※イカの塩の抜け具合がポイント。味は三杯酢やマヨネーズ、ドレッシングなどお好みの味で楽しめます。

「そば賞味」 しようみ

— 色んなトッピングで —



水田の少なかった信州では、古くから小麦粉やそば粉を主食とした“粉物文化”がありました。その中の一つ、「そばの薄焼き」などと呼ばれるものです。そば粉を水で溶いて、ホウロクかフライパンで焼いた生地を作り、ネギみそなどを包み込んで食べるというもの。そば粉の香りがいきた逸品です。福寿草まつりの折にも、松茸山荘ブースで販売され好評でした。調理は簡単で中身も自由。皆さんも作ってみてはいかがですか。

「松本一本ねぎ」



松本地域には“曲がりちゃん”的称で室町時代から親しまれているローカル野菜のネギがあります。松本城主のもとを訪れた徳川家康の先祖・有親が、このネギの汁でもてなされたと伝えられています。旬は

11月~1月ごろ。寒い冬は、あつたかい肉汁(できれば鴨肉がいい)に、こんがり焼いたブツ切りのネギを入れて、この甘味と個性を味わってください。



四賀ガルテナーの楽しみ ガルテンで何してん!?

雪が描く北アルプスの絶景に 魅せられ田舎暮らし満喫中!

緑ヶ丘クラインガルテン 3337号

齋藤洋一郎さん・久美子さん

横浜市中区から通つ齋

藤洋一郎さん(70)は、
今年で6年目を迎えるガ
ルテナーです。土いじり
のできないこの季節は、

ラウベ周辺の雪景色を眺

めながら、大好きなコー
ヒーを楽しむ「至福のと
き」を過ごしています。

大のドライブ旅行好きと

いう齋藤さん。北海道から九州まで、カメラ片手に観光地はほとんど網羅した、とにかく語ります。中でも北アルプスの迫力ある雪景色にはすっかり魅了され、季節ごとに移り変わる山の姿を見よう、数年間は年に6~7回も通ったそうです。

齋藤さんは埼玉県の田舎にも住んだ経験があり、その隣には花卉栽培の畠があり、とても良い先生の指導で若いころから何十種類もの花や野菜を育てていたと話します。その経験を生かして

伏せもしているそつです。そんな有機無農薬で作った元気な野菜類は30種類以上にも上り、収穫した野菜の7割ほどを子供さんたちや知人に贈って、とても喜ばれているようです。ちょっとした時間には、妻の久美子さんと一緒に立つて北アルプスの山麓線沿いにあるそば屋やパン工房巡りで安曇野の雰囲気を楽しんでいます。

「長野の生活で一番感じるのは、四季の変化がはつきりしていること」とおっしゃる齋藤さん。

の近くで双方の拠点にできる「田舎暮らしをしよう」と思い立ち、偶然にもある美術館の方に教わった四賀の里に足を運ぶことになった、と信州との不思議な縁を話します。

今では土いじりだけでも樂しこうといふ齋藤さんは、年に250日くらいを四賀で過ごしながら、自宅のある横浜でも畑を借りています。四賀から「福寿有機1号」をせつせと運んで、野菜作りなどに余念がありません。それもすべてスコップ1本で耕すため

まだ時々頼まれ仕事もあるようですが、大好きな北アルプスを眺める心の充実感を味わいながら、夏場は畠とドライブ、冬場は写真撮影や厳寒の白馬の山々に登るなど極上の日々を過ごしている、と満面の笑みがこぼれます。



行って
みよう!

クラインガルテンを拠点に出かけるイベント案内

Event information

●福寿草まつり

開催日 3月10日～24日

ところ 松本市四賀地区赤怒田

お問い合わせ 松本市四賀観光協会 ☎0263-64-3115

春の訪れを告げる代表的な花・福寿草の開花に合わせて行われる恒例の催し。約50万株が自生する約1.5haの群生地では見頃になると鮮やかな黄金の花が一面に咲き誇る。10日の開幕式では、地元児童や太鼓の演奏、豚汁のサービスもある。

●第5回岡谷寒うなぎまつり

開催日 2月11日 AM10:00～PM3:00

ところ 岡谷市総合体育館スワンドーム

お問い合わせ 「うなぎのまち岡谷」の会事務局 ☎0266-23-4854

天竜川の源、諏訪湖に面した岡谷市は古くから知られる「うなぎのまち」。寒の土用の頃に合わせたイベントでは脂の乗った「ミニうな丼」(600円)などが食べられる。また県内各地のご当地丼が集まる「第2回信州どんぶりまつり」も同時開催。

●映画「ALWAYS 三丁目の夕日'64」公開記念特別展

開催日 開催中

ところ 松本市高宮 シネマライツ

お問い合わせ シネマライツ ☎0263-24-0122

松本市出身の山崎貴監督の映画「ALWAYS 三丁目の夕日'64」の公開を記念して開催。県内で行われたロケ写真の展示や、1964年を中心とした松本市の風景や街並みの写真パネルの展示、駄菓子の販売など、映画とともに昭和の雰囲気に包まれる。

●原田泰治の世界をキルトで遊ぶ 第8回絵画キルト展

開催日 2月29日まで

ところ 諏訪市 原田泰治美術館

お問い合わせ 同美術館 ☎0266-54-1881

ふるさとの風景をあたたかなタッチで描く原田泰治の絵画をモチーフに一針一針に心を込めて縫いあげ絵画キルトで表現した展覧会。全国公募で集まった作品の中から入賞、入選作品31点を原画とともに展示。入館料は大人800円。月曜休館。

●白川氷柱群

開催日 2月中旬ごろまで

ところ 木曽郡木曽町三岳井原地区

お問い合わせ 木曽町観光協会 ☎0264-22-4000

御嶽山麓の岩肌から流れ出る地下水が厳しい寒さで凍り、美しい自然の造形美を見せる白川氷柱群。幅250～300m、高さ50mもの氷柱は、日中は青白いカーテンのように神秘的。夜間はライトアップされ、昼とは違った幻想的な風景が映し出される。

※各企画は変更になる場合があります。事前にご確認のうえお出掛けください。

●第12回かまくら祭り

開催日 2月11日、12日

ところ 飯山市寿 信濃平観光案内所周辺

お問い合わせ 信濃平観光協会 ☎0269-62-2225

飯山スキー100周年を記念して、今年は飯山市内に100のかまくらが登場。「かまくらの里」では2月いっぱいかまくらの中で食事をすることができます(有料)、雪の季節が楽しめる。「かまくら祭り」では宝探しや餅つき大会などをぎやかに開催。

●松本城と城下町出土の茶道具～城主家臣町人の茶～

開催日 2月10日～4月8日

ところ 松本市立博物館2階特別室

お問い合わせ 同博物館 ☎0263-32-0133

松本城や城下町など、近年の発掘調査で出土した茶道具を中心に展示。いにしえの松本城の城主や家臣、町人たちがどのような茶器を使い、どのように茶をたしなんでいたのかを紹介する。入館料は大人600円(松本城との共通券)。

●白馬そばの日

開催日 2月8日、9日、10日

ところ 白馬村内

お問い合わせ 白馬商工会 ☎0261-72-5101

白馬村では2月8～10日の3日間を独自の記念日と制定し、村内47カ所の参加店でそば切りをはじめスイーツやガレットなどの特別メニューを提供。2月7日～10日に一般販売する記念日手形2,000円(2,500円分の商品券付き)が必要。限定500セット。

●三十段飾り千体の雛祭り

開催日 4月22日まで

ところ 須坂市 世界の民俗人形博物館

お問い合わせ 同人形博物館 ☎026-245-2340

市内の商店や博物館など町のいたるところに雛人形が展示される「須坂の町の雛祭り」。なかでも高さ6m、30段飾りの1,000体の豪華絢爛なひな人形は必見。同博物館のあるアートパーク全体では6,000体のひな人形を展示する。入館料は大人500円。

