



ぼろだら

鹿部の今が旬な食材

雪がちらつく頃に旬を迎え、北日本で獲れた鱈（マダラ・スケトウダラ）を数ヶ月浜風にさらし、凍結乾燥を繰り返し加工したもの。江戸時代以前からの貴重な保存食として知られ、当町においても冬場の貴重なタンパク源として、ごはんのおかず・酒の肴に・子どものおやつに愛され続けている。古くは北前船で全国の寄港地に運ばれ、それぞれの食文化を形成した当町が世界に誇る逸品である。

今月の旬な鹿部人 鹿部小学校校長 渋谷 智実さん



私の出身は秋田県大曲市。米農家を営む家庭で、幼少時代は野球に励み、大自然の中伸び伸びと育ちました。勉強熱心だった兄の影響もあって、母親が朝ごはんの支度でトントんとまな板を叩く音を聞きながら、勉強していたことを今でも覚えています。鹿部町には、そんな大自然・地域のあたたかい人々・伊藤大海投手を代表とする子どもたちが目標にできる大人たちが揃っている気がします。目標や夢に大きさはありません。生徒それぞれがやりたい、またはなりたい希望を持ち、私たちはそれをサポートできたらと思っています。最後に新入生へ「小学校には優しいお兄さんやお姉さんが待っています。楽しみに学校へ来てください。」

豊かな旨味を楽しむ「棒鱈の中華スープ」

今回の料理は 滝野 幸子さん

【材料】(3~4名分)

ほぐした棒鱈30g、玉ねぎ1/2、大根100g、ごま油大さじ1、おろしにんにく小さじ1~2、溶き卵1個、コンソメ小さじ3、塩小さじ1、水5カップ

【作り方】

- ①棒鱈は小さくさき、玉ねぎは薄切り、大根は薄くイチョウ切りにする。
- ②鍋に棒鱈を入れてごま油でさっと炒め、玉ねぎと大根を加える。
- ③さっと炒め水とコンソメを入れる。
- ④灰汁を取り除きながら、塩を入れて味を整える。
- ⑤玉ねぎと大根に火が通ったら、火力を強めてゆっくり溶き卵を回し入れる。出来上がり！

【ポイント】棒鱈は水分を含むと膨らむのでなるべく小さくさくこと。溶き卵を入れる際は温度を高くすることでスープが濁りにくくなる！



cookpad
日本最大のレシピサイト
クックパッドに掲載中！
「鹿部でちゃんクック」
で検索してね！！

上空から見た養殖昆布の水揚げ



ロープワークを習得する修学旅行生



「こんぶのまちで学ぶ
「ブルーカーボンツアー」
優秀賞」を受賞。

昆布漁師さんが棲みついたことで始まった鹿部町の歴史をプロゲラムに反映させた標記の若年層向けの事業がこの度、北海道観光機構の令和6年度伴奏支援事業において、「優秀賞」に輝きました。今後も町内の様々な産業や特産品(魚種)にスポットを当て、魅力を発信するとともに応援できたらと考えております。今後ともよろしくお願い致します。

私が担当しております！

鹿部温泉観光協会
金澤 佑



令和7年 4月 第30号 隔月発行



しかベタイムズは鹿部温泉観光協会が、鹿部の旬な食材や、鹿部の仕事に関わる魅力ある人、観光情報、鹿部の旬な情報などをお届けしていきます。