

CONTENTS

- 2 味の再発見！昔ながらの
ニッポンの郷土料理 第3回
冷や汁 [宮崎県]

4 特集1
農泊

14 特集2
道の駅

- 18 輝く！未来を担う生産者 vol.3
あすみ農園／大分県
農業＋観光で
大分の活性化を目指す

- 20 MAFF TOPICS
NEWS
農林水産の“今”がわかる白書に注目！
夏休みの自由研究はおまかせ！
夏休み恒例の「こども霞が関見学デー」開催
多面的機能支払交付金 [第3回]
地域が一体となって都市部の地域資源を守る

- 23 読者の声

表紙／三好市 東 祖谷 落合集落

○広報誌「aff(あふ)」について

農林水産業や農山漁村は、食料の安定供給はもちろんのこと、国土や自然環境の保全、良好な景観の形成などの多面的機能の発揮を通じ、国民の皆さまの毎日の生活において重要な役割を担っております。また、農林水産行政は、生産などの現場に密着したものであると同時に、毎日の生活に深く関わっています。農林水産省では「aff」を通じ、農林水産業における先駆的な取り組みや農山漁村の魅力、食卓や消費の現状などを紹介しております

○ホームページのご案内

「aff」は農林水産省のホームページでもご覧になれます。
<http://www.maff.go.jp/j/pr/aff/>

○編集・発行 農林水産省大臣官房広報評価課広報室

〒100-8950 東京都千代田区霞が関1-2-1
TEL.03-3502-8111（代表） FAX.03-3502-8766 <http://www.maff.go.jp/>

○編集協力 株式会社KADOKAWA

〒102-8177 東京都千代田区富士見2-13-3
TEL.03-3238-6255 FAX.03-3238-5832 <http://www.kadokawa.co.jp>
編集／藤原由香 西上範生

アートディレクション／大井 亮 (Zapp!)
デザイン／桑原菜月 (Zapp!)

本誌に掲載した論文などで、意見にわたる部分は、
それぞれ筆者の個人的見解であることをお断りします。



撮影／島 誠 料理制作／三好弥生



日南海岸
(宮崎県日南市)

宮崎県 冷や汁



文／白央篤司

フードライター。研究テーマは日本の郷土食と「健康と食」で、月刊誌『栄養と料理』（女子栄養大学出版部）などで執筆。著書に『にっぽんのおにぎり』（理論社）『ジャバめし。』（集英社）などがある。ブログ <http://hakuoatsushi.hatenablog.com/>



みそは地方ごとに風味が違うもの。九州地方でよく使われる麦みそは、さっぱりと軽い味わいが身上だ。冷や汁はこれでないと味が決まらない。

がりとした香ばしさは、食欲を誘うことこの上ない。「冷や汁があれば夏バテ知らず」と言った人の気持ち、わかるなあ。
以上の3点が、冷や汁らしさを作ると私は思う。
加える具は先に挙げたみょうが、きゅうりのほか、青じそのせん切りも相性抜群。豆腐を入れることも多い。「トマトやレタスなどを加え、自分なりに工夫して楽しんでいます」という声もよく聞かれた。現地で今なお人気の高い郷土料理である。

魚のうまみ、ごま、麦みそが織り成す、夏の味

宮崎の夏は早い。今年も早くから気温が三十度を超えた。県人の夏疲れを癒やすのが冷や汁である。きりりと冷えたみそ味の汁に、みょうがやきゅうりがたつぷり。これをご飯にかけていただく。「食欲のないときでも、するする入りますよ」

そう教えてくれた人々の笑顔が思い出される。
昔は農作業の合間によく食べたそう。水分と塩分、ミネラルなどを一度に補給できて、重宝されたのだろう。この冷や汁、決してただの「冷たいみそ汁」ではないところがミソである。その違いをご説明しよう。

第一に、魚のうまみが欠かせない。まず白身魚やあじの干ものなどを焼いてみそと合わせる。魚のうまみを、だしにするのである。魚は家によってさまざまで、かま

すの干ものを使う人もいれば、煎った煮干しでやる人もあり。「まぐろの缶詰でやります。焼かずに済むから簡単」なんて人も。それぞれ試してみたが、いずれも風味が変わって面白い。

次に、ごまが必須であること。魚の身とみそ、ごまを一緒にしてすり鉢でよくすることで、冷や汁独特のコクが生まれてくる。ごまではなくて落花生でやる人もある。最後に、すり上げたみそを火であぶること。ここが冷や汁のキモとなる。あぶったみその少しこん