

CONTENTS

- 2 味の再発見！昔ながらの
ニッポンの郷土料理 第12回
ラフテー [沖縄県]

4 特集1
木^きって生かす

- 14 輝く！未来を担う生産者 vol.12
高知県立林業大学校／高知県
これからの林業を
けん引する“若木”たち

16 特集2
桜

- 20 MAFF TOPICS
あふラボ
国産トリュフの人工栽培化を目指す
NEWS
みどりとふれあう月間
食のプロから学べるおいしいイベント
多面的機能支払交付金 [第8回]
シバザクラを活用した棚田の保全管理

- 23 読者の声

表紙／針葉樹林

○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。



○Webサイトのご案内

「aff」は農林水産省のWebサイト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／武蔵おりえ 藤原由香 西上範生

アートディレクション／大井亮（Zappi）
デザイン／桑原菜月（Zappi）

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



首里城
（沖縄県那覇市）

沖縄県 ラフテー



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/>



沖縄の特産、黒糖。こってりした甘みを加えたいときに活躍する。サウキビの搾り汁をそのまま煮詰める、昔ながらの製法で生産されている。

ご存じだろうか？ 市場に行くときよく置かれてあり、初めて見たときは一瞬固まってしまった（笑）。真空パックになったものはお土産売り場などにもよく置かれている。もしラフテーをつくることがあったら、煮汁はぜひ取っておいてほしい。ゆで卵を一晚漬けておくと実にうまい味つけ卵になる。弁当のおかずやおつまみにもぴったりなので、ぜひお試しあれ。

豚肉料理が多い沖縄で、とりわけ特別な郷土の味。ぼつとりと厚く切られた豚肉の煮込み料理、ラフテー。「お正月や、特別な日のお祝いによく作ります」という県人は多く、沖縄ではハレの日のごちそうの一つである。もともとは琉球王国の宮廷料理で、交易のあった中国からその作り方が伝わった。いわゆる「東坡肉」がその原型とされる。豚バラ肉を鍋に入れて、水から火にかけて一度ゆでこぼす。しょうがと一緒にもう一度下煮をしてから、角切りにする。今度はかつおだしと泡盛（沖縄産の米が原料の焼酎）、しょうゆ、みりん、そして黒糖も加えて、じつくりと煮込めば出来上がり。「角煮との違いは？」と思われる方もいるだろう。まず大きな違いは豚肉が皮つきであること、そしてかつおだしと泡盛が加わることで、ラフテー独特の味わいとなる。それからしょうゆ、黒糖はたっぷりを使う。塩けと甘みをきかすのは、高温多湿な沖縄で保存性を高めるための工夫でもあった。「食べられないのは、ひづめと鳴き声だけ」と言われるほどに、沖縄では豚食が盛んで、調理法もさまざまな。モツ類（内臓）もよく食べるし、「足ティビチ」という豚足の汁ものは人気料理の一つ。豚の耳を加熱して細切りにした「ミミガー」は全国的にも有名になったが、豚の顔から骨を抜いてまるごと加工した「チラガー」を