

水土里レポート 投稿様式

投稿月日	令和6年3月11日
タイトル	「くわい」を使った調理実習をしたよ！
水土里レポーター名	水土里ネット福山 佐々田 愛

令和6年3月5日（火）福山市立川口小学校5年生がくわいを使って調理実習をしたので取材しました。

川口小学校5年生は、生産量日本一の「くわい」を小学校で栽培し、環境、歴史、食文化など多方面について学ぶことで、郷土の農業に関心を深めることを目的とした学習に取り組んでおられます。

令和5年度はバケツでくわいを栽培し、収穫したくわいを使って子ども達が考えたくわい料理を作る取り組みをされました。

まず、ひとり一人がくわいを使った料理を考え、班ごとにそれぞれが考えた料理の意見を出し合ってどんな料理を作るか決めて、各クラスで調理実習をして一番おいしいくわい料理をトーナメントで決めたそうです。

3クラスそれぞれの代表の料理が「ギョウザ」「小籠包」「コロッケ」で、この3品を作ってどのくわい料理がおいしいかを定める調理実習取材しました。



手際のいい包丁さばきやフライパンや鍋の扱い方で家庭でも調理をしていることがわかります！

「ギョウザ」は、生の肉を使えないという制約があるためギョウザのタネには鳥そぼろにキャベツ、ニラ、ネギにくわいを入れギョウザの皮は丸いまま重ねてくわいの丸い形にし、くわいの芽を予め取っておいて後から皮の間に挟んでくわいの特徴を表現しました。また、味にまとまりが出るようにと皮とタネの間にチーズを敷いてアイデアが凄いなと思いました。一つ一つフライパンで上手に焼きました。

「小籠包」は具のジャガイモとくわいを別々に茹でて潰し、ベーコンと玉ねぎを炒めて旨味を加えました。ゼラチンを入れて混ぜ合わせ、ギョウザの皮に具をのせて小籠包の形に上手に丸めました。蒸し器で10分蒸して出来上がりました。

「コロッケ」はジャガイモとニンジン茹でて潰し、ベーコンと玉ねぎを炒めて旨味を加えていました。くわいは少し大きめとみじん切りに切り、大きめに切ったくわいは茹でてあく抜きをし、ジャガイモなどに加えました。みじん切りにしたくわいはフライパンでカリカリに炒めてコロッケの衣に混ぜました。コロッケの形も丸くして、くわいの芽をソテーし添えてくわいの形を表現しました。ソースもバター醤油とデミグラスソースの2種類を作りました。

作った料理はそれぞれのクラスに持って帰り、クラスのみんなで食べました。

ギョウザはチーズが全体をまとめている、お肉を使っていないと思えない味でした。

小籠包は皮がもちもち中の餡は旨味がいっぱい、ほどよい大きさのくわいがアクセントになっていました。

コロッケは衣のくわいがアクセントになり、中に入っているくわいは違う食感で、ソースも2種類でいろんな味を楽しめました。



ギョウザ



小籠包



コロッケ

子ども達は、くわいの植付けから栽培、収穫をし、自分たちで栽培したくわいを使い、自分たちで調べて考えた料理を作りました。また、トーナメントでの調理を振り返り、改善するところを話し合っ、くわいのあく抜きが必要なことに気づいたそうです。しっかりと考えて作られた料理はどれもおいしかったです。

くわいは水田をそのまま利用して栽培することができ、すぐに稲作に戻すことができます。約60年前から川口小学校のある川口町周辺で水田を利用したくわい栽培が盛んになりました。

今は宅地化が進行していますが、学校でくわい栽培を通して直接肌で土の感触を感じることや食物を栽培する大変さなどを体験することができ、農業を身近なものに感じたのではないかと思います。

水土里ネット福山は、引き続き農業体験に協力することで21世紀土地改良区創造運動に取り組んでまいります。