

自然農園 ウレシバモシ

2007年 4月号

自然農園ウレシバモシ 【住所】岩手県花巻市東和町東晴山1-18 【TEL・FAX】0198-44-2598 【Mail】info@ureshipa.com

4月になってもなかなか暖かくならないのでようやく我が家でも梅の花が咲き出しました。梅の花が下向きにばかり咲いていると梅雨時期に雨が多いと聞き、じっくり梅の花を見てみました。上向きや横向きに咲いている花も結構ありますので、どうやら適度な降り方になってくれそうです。



3月中は連日恒例の味噌づくりでした。先月紹介したバイオダイナミック農法の種まきカレンダーでは、保存食や醗酵食品づくりに適していない日も示されていますので、その日はお休みにしています。

ご好評いただいている私たちの味噌ですが、無農薬・有機栽培で天日乾燥のお米と大豆に海のミネラルたっぷりのおいしい自然塩といった原料となる素材の力はもちろんのこと、火や水などがもっている見えないエネルギーがうま味をつくりだしてくれているように感じます。



よく洗った5升の豆をたっぷりの水で一晩うるかします。この時期まだまだ水は冷たいので気合が必要ですが、豆は水をたっぷり吸い込んで約3倍にも膨らみますので、おいしい井戸水で仕込むことが大切だと感じています。

そして朝早くから、薪ストーブに火をいれてゆっくり6時間以上煮ます。蛇口からお湯が出たり、大きなナベで一気にガスで炊いてしまえる加工場を借りて仕込むこともできるのですが、やはり薪で炊いた豆の香りは違ってきます。町内で昔ながらの製法にこだわった小さな豆腐屋さんがありますが、やはりカマドでたいた豆でないと味が変わってしまうとおっしゃっています。もちろんこのとき出る煮汁も我が家の動物達のごちそうになります。

指でつまんで簡単につぶれるくらいまで軟らかくなったら、それを熱いうちに餅つき機でつぶしていきます。なるべく丁寧につぶすように心掛けてはいますが、このときつぶれなかったマメがそのまま味噌に残ってしまうこともあります。自家用のみを仕込んでいたときは、昔のように大きなタライに熱い豆を入れて足で踏んでつぶしていましたが。



それに塩をあらかじめ混ぜこんでおいた自家製の米麹を加えて混ぜ合わせ、大きめのおにぎりを「ギュッギュッ」とつくってはそれを「バタン」と樽に投げつける作業を繰り返します。余分な空気を抜くためのこの部分の作業には、時には子ども達も参加します。嬉々として泥遊び感覚の子ども達に加わるとその場の雰囲気もパァーっと明るくなります。



味噌を仕込むのは私達ですが、醗酵をすすめて実際に味噌を作ってくれるのは目に見えない微生物たちです。彼らが気分よく働き始めてくれるように私たちは「おいしくなあれ」という思いをこめて明るい気持ちで仕込むことを心掛けています。夫婦ゲンカなどしてピリピリした空気が漂うことなどないように・・・最近はいいエネルギーを発しているモーツァルトなどの音楽を聞かせる蔵もあるようですが、うちでは野鳥のさえずりや元気なニワトリの鳴き声が伝わっていてくれればいいかなと思っています。

ゆっくりと醗酵がすすんで秋には食べられるようになります。新味噌も甘みがあって豆のいい香りも残っていて美味しいのですが、2年3年と時間がたつとよりまろやかになって旨みが増してきます。こんな熟成させた味噌をはじめ加熱殺菌していない生の醗酵食品をたくさん食べることで、最近その広がり心配されている抗生物質耐性菌などへの抵抗力が高まるといわれています。毎日おいしい味噌汁をいただいて「ご腸内の皆さま」に活躍していただきませんか？

今お届けしているのは一昨年仕込んだ2年ものですが、ご希望があれば麹の甘みや豆の香りの強い昨年仕込んだ新味噌もお届けできます。昨年からは、3年熟成みそも玄米こうじで仕込みはじめましたので、その出来栄も楽しみです。



田畑をおおいつくしていた雪もすっかり溶け、あちこちにフキノトウが顔を出しています。この冬は厳しい寒さが長く続いていましたので、3月になって一気に訪れてくれた春のポカポカ陽気は一段とうれしいです。子供たちも日中は早くもTシャツ1枚になって異常なほど?外ではしゃぎまわっています。

2月末からの麹づくりで始まったこの時期恒例の味噌作りがつい先日仕込みを終えました。おかげさまでたくさんの方々からご好評いただいている手作り味噌ですが、さらにもいい品質のものをお届けできるようにとミンサーを導入しました。今までは餅つき機を利用して煮豆をつぶしていたのですが、最近ではテフロン加工由来の有機フッ素が自然生態系や私たちの健康に及ぼす影響が指摘されていることもあって、思い切って金属製の専用機械に切り替えました。また、煮炊き用としては効率のいい超大型のブリキストーブも導入することで今までの倍の量の豆を一度に煮ることができるようになり、燃やす薪の量も半減。その分、機械で麹とすりつぶした煮豆を混ぜ合わせていた工程を、じっくりと愛情こめた手作業でできるようになりました。今回仕込んだ味噌は2年後の口開けとなりますが、さらに美味しくしてくれるのではと期待しています。もちろんそのためには菌たちが心地よく活動できるような条件、そして雰囲気を保ち続けることが肝心なようです。中にはクラシック音楽を聴いてもらっている蔵もあるほどですが、私たちの味噌は暮らしの場のすぐそばに寝かせてありますので、悪い影響が及ばないような、笑い声が絶えないような私たちの日々の暮らしであるよう努力あるのみです。

この冬は、いつもの「くろうどん」がなくて我が家での寂しい思いをしましたし、たくさんの皆さんからのリクエストにお応えできずに残念でしたが、今年は地域のみなさんといっしょに取り組んでいる集落営農で蕎麦の裏作として小麦も作付けすることになりました。

新参者の私がこんな提案をしていいものかと恐る恐る提案させていただいた無農薬・無肥料の自然栽培によるソバづくりもおかげさまで順調に進み、5年目を迎えます。それを原料に委託製造していただいている「十割そば」は昨年都内や横浜に4店舗ある「ナチュラル・ハーモニー」さんという、化学物質過敏症の方でも食べてもらえるようなこだわりの産物を追求している自然食品店さんでも取り扱っていただいています。そのため、ある程度の量がまとまって製造していただけるということもあって、製麺業者さんに無理をお願いして、私たちのそば粉100%でしかも天然水仕込みという品質まで実現することができました。

私たちが暮らすような山間の農村地域では、農家の担い手の高齢化が進んでいて、耕作放棄地もどんどん増えてしまっています。もちろん私たちの農園も15年前にはその一例でした。それを集落の皆さんで協力しあって再び耕地として整備することで7haまでそば栽培が広がっています。集落全体で20haの農地ですから、私たちの農園を加えるとほぼ半分は無農薬の耕作地となります。

これまで、私に限らず無農薬で農業をしているとたいい「変わり者」扱いされることが多かったのですが、農業・農村が厳しい状況になっている今は逆に変化を受け入れてもらえるチャンスなのかもしれません。

さらにうれしいことに、いままで淳子が関わってきた地域の福祉作業所の皆さんとも協力して農産加工などの仕事を作っていく可能性の模索もはじまりました。

皆さんの支えによって私たちの農園もここまで充実させることができました。そんな皆さんの暖かい思いが地域の皆さんにまで及んでいくように私たちの心をさらに開いていきたいです。



ハンノキ雄花。控えめですが早春が一番早く花開きます。



60cmもの長い薪が入り、大きな寸胴ナベが二つ並ぶブリキストーブ。



冬まき小麦は早春の芽生えです。