

おらが村の  
農産物料理

高山きゅうりの煮物

北之谷地区食生活改善推進員

高山きゅうりは1本300g位、長さ25～30cmの大きなきゅうりで、一般のきゅうりの3～4倍に及びます。皮の色は薄い黄緑色、白いかすれたような模様が入り、ずんぐりとした容姿で全体に黄色を帯びてから食するが、きゅうり本来の香りと苦みがあります。



○きゅうりの煮物○



★材料★  
高山きゅうり……………1本  
枝豆……………1/2カップ  
水……………200cc  
A { しょうゆ…大さじ1  
塩……………小さじ1  
顆粒だし…大さじ1

★作り方★  
①きゅうりの皮をむき5cmの輪切りにしてサッとゆがきます。  
②枝豆は茹で、豆を出しておきます。  
③①、②をAで10分ほど煮て、冷蔵庫で冷やしてからいただきます。



○きゅうりのピリ辛炒め○

★作り方★  
①きくらげはぬるま湯で戻し、大きい物は半分に切ります。  
②きゅうりは皮を薄くむき、細い長めの乱ぎりにします。  
③いかは胴と足に分けわたを取ります。胴は開いてたて2つに切り、1cm幅に切ります。足は食べやすくバラバラに切ります。  
④中華鍋にサラダ油を熱し、いかを中火で炒め火が通ったら塩、豆板醤を加えてサッと炒めます。  
⑤強火にしてすぐにきゅうりときくらげを加えて炒め、きゅうりがアツアツになったら酒を加え、水分をとばすように炒めます。  
⑥仕上げに片栗粉をバラバラと全体にふり入れ、炒め合わせます。  
\*きゅうりは生で食べる印象があるかもしれませんが、炒め物や煮物にすると別の味わいがあります。

★材料★  
きゅうり……………2本  
いか……………1杯  
きくらげ(乾燥)…大さじ2  
豆板醤……………小さじ1  
酒……………大さじ1  
片栗粉……………2つまみ  
サラダ油……………大さじ2

たかやまの文壇

(文化協会俳句部)

七月句会

束の間の命を抱いて蜜舞う  
コバルトの空駆けのぼる夏の虹

泰枝

恋蛭間をさまよう余燼の花  
菜園は妻の城なり茄子の花

あきを

かすかなる風よ風鈴たのしみます  
初蟬の声のこぼれや大げやき

一 菫

賢治さも恐れるほどの暑さかな  
糖漬けも胡瓜もみもできました

朝 郎

風鈴の音清らかに山の風  
雲の峰宇宙飛行士笑顔出す

昭 典

梅雨晴れ間女の鍬の重さかな  
醜草の喜々と生ふる日梅雨に入る

耀 子

八月句会

末の子も祭りの男白脚半  
指の傷癒へて新涼かすかなり

耀 子

片寝せし腕のしびれや蟬時雨  
かなかなやすぐに忘れる昨日あり

あきを

川風の走る道あり夏座敷  
赤い薔薇恋に焦がれた時代あり

泰 枝

草いきれいとわず睦む男女神  
大花火五臓六腑を驚つかみ

朝 郎

冷奴何がなくても夫婦膳  
光陰は矢の如くとう盆むかえ

一 菫

天の川数千億のロマン秘め  
田の草も畑の草もお盆前

昭 典

# 盛況だった第32回高山村ふるさと祭り 高山村施行123周年 みなさんこれからも共にがんばりましょう!!



いぶき太鼓



ZERO-SEN



天文台太陽観察



バルーンアート



ひかるくんといぶきちゃん



自転車発電



商工会



地域づくりインターンの会の学生とOB、OGも新しいはっぴを着て



三国けんさんや舞川るみさんも踊りに加わり



北島さぶ子さん



こちら「3代目緑のふるさと協力隊」  
 こんにちは！第19期緑のふるさと協力隊の山井沙晶です！  
 暑い夏も、もうじき終わろうとしていますね。今年はお祭り三昧の夏でした。  
 ふるさと祭りでは「いぶき太鼓」のステージに出演したり、花火のアナウンスを担当させて頂きました！ファイナーには感動的な花火大会を鑑賞し、素敵な夜の時間を過ごすことが出来ました。  
 お祭りにはインターンの会のOB・OGさん達や前回協力隊の須原さんがいらしたのですが、いつもいつも高山村のフアンの多さに驚きます！高山の、人を惹きつけるパワーは本当にすごい！  
 そのパワーの源は美しい農村風景も、おいしいお野菜も当てはまると思いますが、何より村民の方々だと思います。皆さん温かく接してくださるので、好きにならずにはいられません！笑。  
 私の高山村の好きなどころは、村の未来を真剣に考えている人が多いところ。村を守りたい、良くしたいと考えている人がたくさんいらっしゃる様に感じます。今度、村民の皆さんにも聞いてみたいです。高山村のどんなところが好きですか、と。  
 さて、9月もしゃかりき頑張ります！

## 編集後記

ふるさと祭りの花火大会が行われました。高山村で30年近く中学校に勤務された亡き有馬シキ先生の入魂をしのび、教え子等多くの方々の賛同を得て打ち上げられた花火が、感動的な話題として新聞に取り上げられました。亡き恩師をしのぶ花火の打ち上げは、心あたたく思いやりを持った高山村のつながりがあるからこそのことではないでしょうか。村民のみならず多くの方々に感動させた素晴らしい花火は、きっと天国の先生に届いたことでしょう。