

ママ腕まくり

熊本県南阿蘇村で、米とあか牛繁殖などを手掛ける大津愛梨さん(34)は、結婚して県外から村に来た女性2人とともに、大津さんの家で作った米を使った米粉料理「こめこまき」を開発。今年中に店を出すのが夢だ。3人のメンバーには1歳から11歳まで7人の子ともがいる。子連れでの挑戦だが「何より子どもたちの食育になる。大きくなるまで待ってられない」と意欲的だ。



「こめこまき」を考案した女性たち。右から大津さん、奈良さん、小佐井さん(写真は大津さん提供)

米粉でクレープ風「こめこまき」

子育ての傍ら開発

熊本・南阿蘇村 肉みそ、あんの2種

メンバーは、大津さんと、

きを開発した。

増から米粉作り、販売に至る

夫妻で就農予定の奈良弘美さん(33)、大津さんの作る米く味付けした牛ひき肉を使うことでも変わってきた。祭りで購入する小佐井美子さん(40)。大津さんと奈良さん(40)。大津さんと奈良さんは東京都、小佐井さんは愛知県から移り住んだ仲間だ。交流する中で「特産の米とあか牛で加工品を作りたいね」と意気投合。試作を重ね、クレープのように米粉の生地を巻いた「こめこまき」を販売したところ2000個を張り上げ、メンバー全員が感激した。

大津さんは「今後はこめこまきの種類をもっと増やし、村の名物に育てたい」と前向

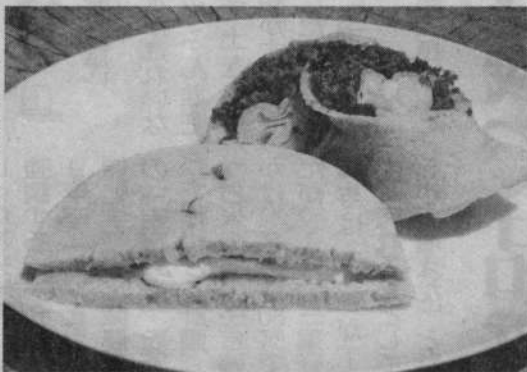
きだ。

忙だが、子どもたちも米の栽培

乳幼児を抱えての活動は多

火をつけた。

火をつけた。



「阿蘇まき」の作り方

■材料(10個分)

生地＝米粉100g、卵1個、水150ml、塩ひとつまみ、みりん小さじ3分の1、酒小さじ1、薄力粉小さじ1。

肉みそ＝あか牛(なければ牛肉)のひき肉300g、みそ、しょうゆ、みりん、砂糖各適量、高菜漬け適量。

■作り方

①生地になる材料はすべて混ぜ、クレープのように焼く②具の肉みそはみそと酒、しょうゆ、みりん、砂糖を加えて煮立てたところに、牛ひき肉を入れて煮詰める③汁気がなくなったら、刻んだ高菜漬け(野沢菜や、いためたキャベツでもOK)を混ぜる④具を中心に載せて春巻きのように巻いて完成。

注意＝乾燥しやすいので、すぐに食べない場合はラップにくるむ。

米粉を使った「こめこまき」の「桜まき」(手前)と「阿蘇まき」