

16. てんしょの炒め煮

17. きりかけ大根 (国東市)

冬の大根は、毎日の味噌汁の実にするだけではなく、沢庵に漬けたり、干したりして長期間食べられるように保存され、食卓を支えてきた。

大根を短冊に切り（または細く切り）干したものを“てんしょ”という。てんしょには生のまま干したものと、一旦蒸してから干したものがある。生のまま干したものはハリハリ漬けなどに適しており、蒸してから干したものは、早く煮えてやわらかい。

一方“切りかけ”と呼ばれる干し大根もある。これは大根に蛇腹状の切り込みを入れ、一本丸のまま干したものである。この“切りかけ”もハリハリ漬け等に適している。切れ込みを入れた後の大根はまるで芸術品である。途中で切れてしまわないのが不思議なくらいだ。

武蔵町の伊藤さんは、生の大根の青いところが好きで、子供の頃、切干大根を作る時よくもらって食べていたそう。大根を干すにも様々な切り方を工夫した昔の人の知恵と技は本当に素晴らしい。

制作協力：大塚カツヨさん、伊藤恭子さん、辻まり子さん（国東市）

てんしょの炒め煮

【材料】4人分

- | | |
|-------|------|
| ・切干大根 | 100g |
| ・いりこ | 適宜 |
| ・しょうゆ | 適宜 |
| ・砂糖 | 適宜 |
| ・油 | 適宜 |



①こちらは蒸してから干したものの。にんじんが入っているものもある。



②水につけて戻し、軽く水洗いして、水気をしぼる。



③鍋に油を熱し、いりこと戻した切干大根を入れて炒める。



④大根に油がまわったら、砂糖を加える。



⑤しょうゆも加え、やわらかくなるまで煮る。



⑥てんしょの炒め煮完成



① 2日間位干して表面が柔らかくなった大根に、包丁で6mm～7mm位の間隔で切れ目をいれる。下は少し残す。



② 菜箸等を大根の両脇に置いて切ると、下まで切れないので便利。



③ 大根をひっくり返し、今度は斜め45度の角度で包丁を入れる。この時も下を少し残す。



④ 入っている切れ目と切れ目の間に包丁を入れるように。



⑤ きりかけ完成。



⑥ 右から
切ったばかりのもの
3日間干したもの
1か月弱干したもの