



# もしもい

10月22日(金)～11月21日(日)は

## 「さとも月間」でした！

奥越の特産「さとも」の素晴らしさを感じてもらう期間で、給食でも、里芋の洋風春巻き、里芋のポタージュ、里芋の煮っころがし、里芋のそぼろ煮、里芋のパイグラタンなど、たくさんの里芋料理を味わってもらいました。（○○は、勝山高校の生徒さんが考えた献立です。裏面に、レシピを載せてあります。）※「上庄さとも（大野市）」は、平成29年度～【地理的保護制度（GI）】に登録されています。県内では6品登録されており、越前がに（福井県）・吉川なす（鯖江市）などがあります。

## こんなに奥深い！！ さともとのとひみつ？！

真名川（大野市）も九頭竜川も、昔は暴れ川で氾濫することが多く、稲を作ることが簡単ではありませんでした。代わりに、さともを植えたということです。

奥越（勝山市・大野市）のさともは、何百年も前から作られています。雪深い地域なので、冬の生活には欠かせない食べ物として食べられてきたそうです。

水が豊富な地域なので、さともを育てるのに必要な川の水を、夏でもたっぷり与えることができたそうです。

年貢（米）の取り立てが厳しかったので、隠し田（宮府：現在の政府に隠れて、山などに耕した田）で、さともを作ったのが始まりだそうです。米飢饉の備えとして、貴重な食料だったようです。

奥越地方は山々に囲まれた盆地で、昼と夜の気温格差が大きいため、さとも身がしまっているそうです。

大野市の朝市は400年の歴史がありますが、当時からさともが中心で売られていたそうです。

さともは水田で育てられている（畑では育たない）ことから「田芋」とも呼ばれています。

奥越のさともを、他の地域で親芋（種芋）にして植えて、やわらかい普通のさともしかできないそうです。

さともは連作を嫌う（病気になったりして、うまく育たない）ので、7年くらい間をあけて育てます。

「ころ煮」はしようゆとざらめで、泡で煮ます。常になべをふつて煮つ転がします。

さともは包丁で皮をむきません。桶の中で、木の板を動かして洗うか、羽根のついた「いも洗い水車（通称：いもぐるま）」で洗って、毛をきれいにこげ落とします。その後、傷ついた部分などを取って、きれいにしゅうり（手入れ）します。

皮がうすいため、皮をこげ落とすだけです。「きぬかづぎ」のような食べ方はできません。

洗ったものは「洗い子」として、朝市やスーパーなどで売っています。



11月第1土曜日は  
さとも月間

11月  
6日 (土)