

いもにかいはっしょう  
**芋煮会発祥の地**

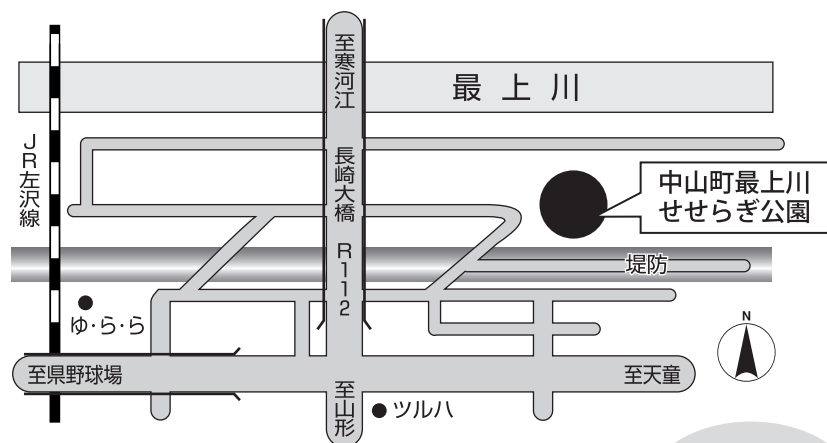
山形県をはじめ、東北各地でも秋の風物詩として行われる「芋煮会」。芋煮会は河川敷にグループで集まり、鍋で里芋、牛肉などを煮て、酒などを飲みながら楽しく食べる行事です。

そのルーツを探ってみると…

山形県を南から北へ、そして日本海へ流れる最上川。江戸時代にはこの山形県の母なる川、最上川を利用した舟運が盛んでした。山形県の内陸部からは米や紅花、青芋<sup>あおそ</sup>などを酒田を経由して京都・大阪へ、一方、京都・大阪からは砂糖や干魚のほか、衣類や雛人形など上方文化を運んできました。

元禄7年（1694 年）に荒砥<sup>あらと</sup>（白鷹町）まで最上川舟運が通じるまでは、長崎湊<sup>ながさきこう</sup>（中山町）は舟運の終点であったとされ、米沢方面への船荷の積み替えが行われた要地でした。その舟運に携わる船頭や商人たちは荷揚げや荷待ちの逗留の間、棒鱈<sup>ぼうだら</sup>と里芋を材料に、川岸の松の枝に鍋を掛けて煮て食べました。これが芋煮会の始まりなのです。

## 最上川で芋煮会をやってみよう！



### 中山町観光協会で貸出を行っている物品

＊中山町観光協会にお申込みください。

- 芋煮発祥鍋（大鍋） 300 食程度の芋煮を調理できます。
- テント（2間×3間）
- あゆ焼き器：串に刺したあゆを炭で焼くことができるコンロです。

●ゴミは  
お持ち帰り  
ください。

## 山形の秋の風物詩 芋煮会発祥の地 山形県中山町



### 中山町観光協会

山形県東村山郡中山町大字長崎 120 番地  
TEL 023-662-2114 FAX 023-662-5950  
E-mail kitekero@town.nakayama.yamagata.jp



ホームページ



Twitter



Facebook

# 家庭でできる芋棒煮の美味しい作り方

芋棒煮とは、芋煮会の発祥とされる、棒鱈と里芋などを煮た料理

## 材料（4人分）

|          |                      |     |          |
|----------|----------------------|-----|----------|
| ① 里芋     | 400g（1人100g）         | 醤油  | 80ml     |
| ② 棒鱈     | 100g（1人25g）          | 酒   | 25ml     |
| ③ 油揚げ    | 1枚                   | みりん | 15ml     |
| ④ 干し椎茸   | 小4枚                  | 砂糖  | 大さじ1（9g） |
| ⑤ 平こんにゃく | 1/2枚                 | 塩   | 少々       |
| ⑥ だし汁    | 800ml（煮干25g、かつお節10g） |     |          |

## （調味料）

## だし汁の作り方

- ・煮干の頭・腹をとり、880ml（必要なだし汁の10%増の水）に一晩つけて戻す。（冷蔵庫）
- ・当日、煮干を入れた水を火にかけ、沸騰させないようにして20～30分煮る。味をみてさらにかつお節を入れ、沸騰させないようにして5分程煮て、十分だしがでていたら、ざるにキッチンペーパーを敷いて、だし汁をこす。

## 作り方

1. 棒鱈は、3～4時間水につけて戻し、包丁で食べやすい大きさに切る。
2. 干し椎茸は、ひたひたの水につけ冷蔵庫で一晩戻し、食べやすい大きさに切る。（戻し汁は調味料として使用するので取っておく。）
3. 里芋も食べやすい大きさに切っておく。
4. 油揚げは、湯通しして、大きめの短冊切りにする。
5. 平こんにゃくは、味がしみ込むように、裏、表に菜箸で穴をあけ食べやすい大きさに手でちぎり、一度水洗いし、その後さっと湯通しをして、ざるに取り水分を切る。
6. 鍋に①とだし汁1/3量を入れ弱火で10分煮る。（味を含ませる）
7. ②③④⑤の順で材料を鍋に加え、残りのだし汁と塩以外の調味料の1/3量を加えて弱火で10分煮る。
8. 引き続き調味料の1/3量を加え、再び中火で10分煮る。
9. 味を見ながら残りの調味料と干し椎茸の戻し汁を加え、弱火で10分煮る。

10. 里芋が軟らかくなったら、味を確認し、塩で好みの味に調べ、火を止めて10分そのままおいておく。

※塩を少々加えることで味にまろやかさと深みがでてより一層おいしくなる。また、10分おくことにより、全体に味がしみ、上品な芋棒煮ができる。

注）調味料は必ず数回に分けて加え、濃度を徐々に上げていく。  
煮はじめたら、かきまぜないこと。（煮くずれて汁が濁る）

# 山形名物（村山地方）芋煮の美味しい作り方

## 材料（4人分）

河原での調理向けとしてお玉（50ml）を基準に量を記載します。

- ① 里芋 1.0kg（芋煮に用いる里芋は、皮をこそぎ落とした山形で「洗い芋」と呼ばれるもの。）
  - ② 平こんにゃく 2枚
  - ③ 長ねぎ 4本
  - ④ 牛肉薄切り 600g
  - ⑤ 水 800ml（500mlのペットボトルがあると計量しやすい。）
  - ⑥ 醤油 100ml（お玉2杯）
  - ⑦ 砂糖 30～50g（お玉1/4杯程度）
  - ⑧ お酒 50ml（お玉1杯）
- \*きのこ（しめじなど）を入れる場合は1パック

## 作り方

1. 里芋は水洗いし、食べやすい大きさに切る。
2. 平こんにゃくは1口大に手でちぎる。。
3. 長ねぎは大きく斜めに切る。
4. 牛肉は4～5cmに切る。  
\*きのこを入れる場合は、食べやすい大きさに切る。
5. 鍋に、里芋、平こんにゃく、水と醤油 30ml（お玉1/2杯強）を入れて煮る。（最初に醤油を入れるのはぬめりを抑え、煮崩れしないようにするため。）
6. 煮立ったら中火にして、醤油50ml（お玉1杯）、酒50ml（お玉1杯）を入れて煮る。
7. 里芋が軟らかくなっていたら、牛肉を入れてアクを取りながらさらに煮る。 \*きのこを入れる場合は牛肉と一緒に入れる。
8. 味を見ながら少しずつ残りの調味料を入れ好みの味にし、長ねぎを入れひと煮立ちさせて味を調える。

監修：中山町食生活改善推進協議会