

なかつがわ 伝統の味



(左) 農家民宿「あえる村」 宮かよ子さん、(中) 農家民宿「いがらし新家」 五十嵐京子さん、(右) 農家民宿「いがらし本家」 五十嵐あいさん

そうだ、中津川にいこう。

飯豊連峰の麓にある飯豊町中津川地区には、昔ながらの食文化が色濃く残っている。

「中津川地区の味を残したい」という熱い思いで『なかつがわ農家民宿組合』では、地元のおばあちゃんたちが「きゅうりパリパリ漬け」「くるみなんばん」「山菜ごぼんの素」などお惣菜を作っている。地区内で採れた自然の恵みたっぷりのお惣菜。なんととっても魅力は、代々受け継がれてきた方法で作った昔ながらの味付けだ。

お惣菜は「道の駅いいで」や「いいで白川荘」で購入することができる。さらに、中津川地区の農家民宿では、おばあちゃんたち自慢の様々な旬の味覚を堪能することができる。ぜひ一度、足を運んでみませんか？



保存の知恵「わらび干し」

春に取れたワラビを塩漬けして乾燥させることで、ワラビを一年中食べることができる。料理できるよう柔らかく戻すのに2～3日かかるが、その手間ひまを惜しまないことが、美味しさの秘訣。

中津川産の「フキ干し」も道の駅いいで併設の産直や白川荘で販売している。

ほっとする故郷の味

6月初旬、中津川地区の農家民宿でお昼ご飯を提供する「農家民宿・農家茶屋 いろり」に伺った。地元でとれる豊富な山菜や野菜、清流で養殖したヤマメを使った料理など、食べきれない程のご馳走が並んでいる。全て地物であり、市販品はひとつもない。

お話を伺った伊藤信子さんは、中津川地区で農家民宿を立ち上げた当初から十年以上宿泊客の受け入れを行っている。宿泊客は教育旅行の学生やインバウンドの外国人、県外から何度も訪れる人など、客層は幅広い。伊藤さんは、教育旅行の学生が来ると「孫ができたみたいでかわいい」と目を細めて話す。美味しい料理を真似してみたいとレシピを訊ねてみたが「レシピなんてないよ。いいあんばい（塩梅）」とニッコリ。



農家民宿「いろり」を営む伊藤信子さん

絶品!農家民宿のお昼ご飯

～ある日の献立～

山菜の天ぷら
(タラの芽、シドケ、コシアブラ、ウド)
山菜のお浸し
(ワラビ、コゴミ、シドケ、シオデ)
ゼンマイと牛肉の煮物
ヤマメのお刺身(又は塩焼き)
山菜汁
フキノトウの煮物
ウルの山椒味噌和え
ユズ酢大根
ワラビの漬物
シソジュースの寒天
つや姫ご飯



品質にこだわった農家民宿

中津川地区の農家民宿は、東北初、全国で2例目となる「日本ファームステイ協会」から優れた品質の宿として認証を受けた。

認証には、日本航空の客室乗務員や全国農協観光協会職員が評価員となり、施設を訪問し、客室や水回りはもちろん、料理やおもてなし、環境、風景など9分野150項目をチェックしたうえで判断される。中津川地区では、認証を希望した6軒全てが認められた。



農家民宿に関する情報は「飯豊町観光協会」HPをご覧ください。



In Partnership with Sakura Quality®

一般社団法人日本ファームステイ協会
農産品評価支援制度 認証施設