

47.子育てだご汁（日田市・玖珠町）

もち米粉のだんごと、芋がら（里芋の茎の皮をむいて乾した物。“ずいき”ともいう）を入れたみそ汁のこと。もち米粉のだんごは、産婦の体力を回復させ、母乳の出が良くするといわれ、芋がらは産婦の体内の悪血を下げ血をきれいにするといわれており、昔から産婦に食べさせていたという。

このもち米粉のだんごと芋がらを入れたみそ汁は、昔から県内各地で作られている。玖珠町では“子育てだんご汁”と呼ばれているが“すすり団子汁”と呼ぶ地域もある。

上津江では“子育てだご汁”と呼び、もち米粉のだんごと芋がらを必ず入れ、椎茸は出血しやすくなるから入れないという。高畑さんも、お産の後、お姑さんがこの子育てだんご汁を作ってくれたそうである。

制作協力：高畑美紗子さん、信岡ケサヤさん、信岡幸子さん、
綾垣すみ子さん（日田市・上津江町生活研究グループ）

【材料】 4人分

- | | |
|-------|------|
| ・もち米粉 | 200g |
| ・芋がら | 10g |
| ・里芋 | 150g |
| ・にんじん | 50g |
| ・ごぼう | 50g |
| ・いりこ | 20g |
| ・みそ | 100g |
| ・水 | 4カップ |
| ・ねぎ | 適宜 |



①いりこでだしをとる。



②芋がらを水で戻す。



③戻した芋がらを2～3cmの長さに切る。



④ごぼうをさがきにして、水にさらす。



⑤里芋の皮をむいて輪切りにし、さっとゆがいてぬめりを取る。



⑥にんじんをいちよう切りにする。



⑦だしの鍋に芋がら、里芋、ごぼうを入れて火にかけ、後からにんじんを加えて煮込む。



⑧もち米粉に水を少しずつ加えて耳たぶ位の硬さになるまでこねる。



⑨棒状にしてちぎる。



⑩丸く平らな団子にする。



⑪野菜が煮えたら、みそを溶き入れ、団子を入れる。団子が浮き上がってきたら、できあがり。



⑫小口切りのねぎを散らす。