



つくりかた



1, 千切大根、塩わかめはそれぞれ水に浸して戻し、十分に水を切る。



2, ワカメは小さく切る。



3, ボールに1と2を入れてよく混ぜ合わせ、調味料とごまを加え味をととのえる。

18

ハリハリ

千切大根とワカメの酢の物のことで、田植えや稲刈りの時に手伝いの人をまかなう料理として作られました。田んぼの土手に腰っをおろし、こじゃに出されたハリハリを手にとりて食べた時のおいしかった味は、今でもなつかしく思い出されるそうです。

材料 〔10人分〕

千切大根・・・100g
塩わかめ・・・100g
醤油・・・50cc
酢・・・50cc
砂糖・・・30g
ごま・・・大さじ2

田植え

昭和30～40年代までは田植えは手伝いの人を頼み、半月ほどかけて、お互いの田植えを共同で行っていた。秋の収穫を願い、田植えのごちそうとして手間換え（労働力の交換）の人をもてなした。機械で田植えをするようになってからは、このような風習が少しずつなくなってきた。

こじゃ・・・昼食前（10～11時）や夕食前（3～4時）に間食を食べる習慣があり、赤飯・混ぜ御飯・じんばの酢の物・ハリハリなどを食べていた。

夕食会：家で刺身、あご団子の吸物、煮しめ（筍・ふき・手作り豆腐の厚揚げ）、きんぴら、ハリハリ、大根汁などを作り、夕食のもてなしのごちそうとして作っていた。

ワカメは、『しなる』から腰が痛くならないという言い伝えがあり、田植え時には、ワカメを腰にひっかけたり、桐の木を田んぼにさして、ワカメをしぼるなどの風習があった。