



お店や家庭によって味付けや材料もひと工夫されている「まめぶ」。お越しの際は、食べ比べがお薦めです！



ご法度のお達しから郷土の食文化が誕生

「まめぶ」は、小麦団子、焼き豆腐、野菜、きのこなどが入った具だくさんの汁です。小麦団子の中には、くるみと黒砂糖が入っています（くるみだけの地域もあります）。久慈市内の山形町あたりではお正月、結婚式、法事などにかかせない料理として、まめぶを食します。おめでたい時は小麦団子を大きく作り、法事などでは小さく作ると言われています。

かつて南部領と呼ばれたこの地域は、凶作の常習地で、その度に多くの餓死者が出ていました。幕府から南部藩主に対し、凶作に備え年貢を納められるよう「百姓は麺類やそばきりを食べてはならない」とご法度のお達しがあり、ハレの日の食事として麺類を食べることができなくなりました。

そこで食べられたのが小麦の練り粉で、その味付けとして、くるみを包んで団子にしました。この小麦団子が^{まりふ}鞠麩に似ていることから「まめぶ」と呼び、これが訛って「まめぶ」となったのではないかという説が有力です。また「^{まめまめ}忠実忠実しく、健康で達者で暮らせるように、との願いが込められている」とも言われています。

平成22年に市民有志による「久慈まめぶ部屋」が発足し、まめぶを通じて、岩手県久慈市を全国に発信するため様々なPR活動を続けており、平成25年には、

ご当地グルメによるまちおこしの祭典「B-1グランプリ」で、5位入賞を果たしました。

久慈市にお越しの際は、ぜひ食べてみてください。

（執筆／久慈市産業経済部観光交流課）

レシピ

【材 料】

だし昆布（少々）、小麦粉（400g）、クルミ（30g）、人参（20g）、ごぼう（20g）、油揚げ（40g）、焼き豆腐（150g）、干びょう（10g）、干しシメジ又は干しシイタケ、醤油（50cc）、黒砂糖（50g）、片栗粉（適量）

①水1リットルに、だし昆布を入れて、出汁を取る。

②人参、ごぼうはいちょう切り、油揚げはせん切り、焼き豆腐は拍子木切り、干びょうは1.5cmの長さ、干しシメジ（干しシイタケ）は水に戻してせん切りにする。

③小麦粉は、お湯（約200cc）でこねる。それを親指大くらいの大きさに分け、黒砂糖とクルミを入れて中身が出ないように丸くする。

④鍋に②を入れ、煮えてきたら③の団子をいれて、しょうゆで味をつけ、適量の水溶き片栗粉でとろみをつける。

※ 材料、作り方は地域、家庭により異なります。