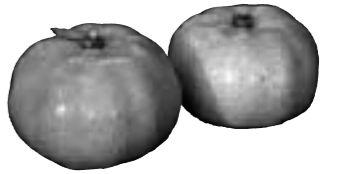


すそみ点滅交差点

ふくれ
福来みかんの
シフォンケーキ



福来みかんは「福が来る」という縁起のいい名前と、小さなみかんの実がなることから、常陸国ひろくにの頃から筑波の地方一帯に植えられていたようです。今はあまり食用にはせず、皮を日に干して細かく刻み、胡麻や青海苔、唐がらしを加えて、薬味として使われています。福来みかんは香りもよいので、皮と果汁を使って

シフォンケーキを焼いてみました。
ワンポイントアドバイス
シフォンケーキにはクリームを添えると、さらに美味しくいただけます。マスカルポーネチーズにお好みで、福来みかんの皮のすりおろしたものと絞り汁、グラニュー糖を加えたものを添えます。



上野節子(小沢地区)



材料(17cmのシフォン型1個分)

- 卵黄 4個
- {グラニュー糖 40g
- 卵白 4個
- {グラニュー糖 50g



薄力粉 105gとベーキングパウダー 小さじ1は合わせてふるう

- 福来みかんの絞り汁 70cc
- 福来みかんの皮 4個 (表皮の部分だけすりおろす)
- グレープシード油又はサラダ油 40cc



作り方

卵黄に砂糖を加え、よく泡立てます。この中に福来みかんの皮、絞り汁、油を加え、よく混ぜます。卵白に砂糖を2-3回に分けて加え、しっかりとメレンゲを作ります。に粉類を少しずつ入れて混ぜます。メレンゲを2回に分けて加え、生地を底からすくって返し、混ぜむらをなくします。型に流し入れて、170度のオーブンで35分焼きます。焼き上がった後、型ごと逆さまにして冷めます。冷めたら、側面にパレットナイフを差し込んで型からはずします。

すそみ スケッチ

六所の十五夜の碑

木村嘉一郎(六所地区)

20年程前、山の中で2基の石碑を見つけた。約三百年位前に建てられたもので、「十五夜念佛二世安樂処」と「念佛供養塔」、2基とも「六所村」と刻まれている。当時の戸数15戸位であるが、村を形成していたのかと、新たな発見である。

今回地区有志の協力で、その石碑を集落内の旧お講屋(現六所児童館)の敷地内に移し安置した。建立の頃は、神様も佛様も民も一緒にあって娯楽を楽しむ平和な世の中だったのだろう。



絵・仙波亜矢子(田井小学校5年生)

よひにぞ すそみの田井へ!

毎日窓越しに眺める筑波山、私の日常がはじまります。山の頂が朝日をつけたり、流れる雲の中にあたりする。昔、東の空や山に向って手を合わせ拝む人々があったが、今はどうだろうか。私は「下界」からただただ眺めています。(御手洗竹松)

家の前方1km先の山には、山全体が百合の花で覆われた時もあったのに、今はイノシシに球根を食い荒らされ、百合を見つけないことも多い。子供の頃は、雨上がりの夜、前方の山すそにちようちんの様な光が行列のように横一列に見える光景!「狐の嫁入り」だと幻想的な夜景も懐かしいすそみの田井だよ。(森田源美)

オニヤンマにアオダイショウ、カラスアゲハにカミキリムシ。何もかもに感動して大騒ぎしている私に、都会の友人たちは「2、3年で飽きるぞ」とすげない一言。ところがどこい、この地に来て10年目の今でも感動は継続中! (小沢陽子)

筑波山のふもとの一番低い部分の海拔は20m。ここにはかつて、湖があったかも知れない。豊浦という地

名からも考えられる。古代人たちが山の資源や水辺を利用しながら、豊かに生活していたことを想像し、思わずうっとりする。ここはもちろん一等地なのです。(榎田智司)

筑波山麓の山懐、すそみに行くとうとうとよい心持ちがする。ちょうど、縁側で昼寝をしている気分。ほんとはここを自分だけの場所にしておきたいのだが...(野末たく)

今年「すそみ」の谷津田で無農薬の米づくりに挑戦。イノシシに入られて収量は予想の半分以下でしたが、沢水でつくったお米はおいしくて大感激! 美しい筑波山の麓で生きものと共存する米作り、来年もやります!(編集長・田中ひとみ)

筑波山神社

創刊おめでとう!

1じやいます



筑波山の山麓一帯を「すそみ」と名づけました

創刊第1号(平成18年12月23日)
発行・すそみろく編集委員会 TEL029-863-5151(NPO法人つくば環境フォーラム内)

つくばに移り住んで30年、今は筑波山の麓、田井のすそみに移り住んで快適な農園生活をして遊んでいます。私の農園の名前は「百草園」。有機野菜にハーブにバラと、どんどん欲張りになっていきます。(上野節子)



こいっしょに「すそみろく」を制作しませんか

すそみサポーター 敬称略

つくば市神郡 館区長	飯田隆
つくば市神郡 神郡区長	櫻井誠
つくば市田井 六所区長	森田源美
つくば市漆所 漆所区長	三田部三郎
つくば市杉ノ木 杉ノ木区長	石島徳一
つくば市神郡(館) 匿名	
つくば市田井 森の文化・草木染・伝承者	菊池つよい
つくば市筑波	齋藤靖夫
つくば市北条 郷土歴史家	井坂敦實
つくば市神郡 里山建築研究所	安藤邦廣
つくば市沼田 筑波大学助教授	田村憲司
つくば市田井 自然生クラブ	柳瀬敬
つくば市神郡 さわやか歯科医院	菊池英貴
つくば市天久保 結エディット	野末たく二
つくば市市瀬 結エディット	田中ひとみ
つくば環境フォーラム	田中ひとみ
協賛会員「すそみサポーター」募集!	一口3000円

私たちが応援しています!