



↑ '幸せを運ぶ' 青いハチのブルービー
(写真中央)



(写真中央)

← ホシホウジャク (星蜂雀)



(写真左下)

← ホシホウジャク (星蜂雀)

地域を変える

POWER!!

地域おこし協力隊 活動報告 木村 誠さん

冬の寒さも厳しいですが、いかがお過ごしでしょうか。ホーリーバジルも、度重なる寒波で、ほぼ枯れてきました。例年のない気温みたいで、体調に気をつけたいところですよ。

秋に来た台風も、なかなか脅威でした。猛威が過ぎ去って、雨の降った後、最初は青いハエかと思っただけですが、-

幸せを運ぶ-青いハチのブルービー(ルリモンハナバチ)が、静かに飛び回る姿を見ることが出来ました。

また、ホシホウジャク(星蜂雀)とゆう、南

米のハチドリに似た蛾も、花に飛んで来ていて、ビックリしました。

星のつく名も、宇宙を感じさせて、この地にふさわしい虫だと思っただけですが、漢字の由来は、ホバリングして宙に浮く姿からでしょうか。

自然が周りで豊かだからこそ、ブルービーもホシホウジャクも、出て来るのでしよう。おかげで、幸せな気持ちになれました。

年末に地域の門松づくりも、手伝わせて頂いたのですが、恒例の自然の飾りは、精霊たちも喜ぶのかもしれない。

京和の (食べ物編)

お国自慢



《冬になると思い出す、メセングツ(叫聲イグツ、カプサアオノリのスープ)》

皆さんは冬と言ったらどんな食べ物が思い浮かびますか? 韓国は寒くなればなるほど美味しいと思われる食材が、メセングツ(カプサアオノリ)です。

メセングツはきれいな海で生息する海藻で、12月末から2月末まで採取して食べられます。見た目的には青海苔に似ていますが、青海苔より細くて、柔らかくて、つるつるしています。メセングツには鉄分とカリウム、タンパク質、食物繊維などが多く含まれており、特有の香りと味を持つているため、韓国では昔から愛用されてきまし

た。主にスープの食材として使われ、メセングツ(叫聲イグツ、カプサアオノリのスープ)という料理が有名です。調理法は、カキとよろしにんにくをゴマ油で炒め、カキの香りが出たらメセングツを入れて水を注ぎ、軽く煮て醤油で味をつけます。この料理はアスパラギン酸がもやしの3倍以上含まれていて二日酔いにも良く効きます。メセングツは見た目とは違いスープがとても熱く、うっかり食べると口の中を火傷する事になるため昔は「憎い婿スープ」とも呼ばれましたが、今では冬の定番の食べ物です。皆さんも、もし韓国に行かれたら一度ぜひ味わってみてください。



李 京和 (イ キョンファ)
地域おこし協力隊として活動中。韓国語講座や韓国料理教室などを行っている。