

## 『食の都庄内』旬だより

### 【とちもち】



写真1 「とちもち」と「とちの実」



写真2 トチノキになっている実

#### 1 里山の味「とちもち」とは

- 「とちもち」は、トチノキの実（とちの実）をもち米と一緒に蒸してからついて餅にしたもので、香ばしい独特の風味とほのかな苦みが特徴です。
- 主に朝日地域や温海地域などで、お祝いの日の食べ物として昔から各家庭で作り食べられてきた伝統食です。秋に採取した新しい実を使って「とちもち」をつき、お正月や節句などを祝います。

庄内地域では、菓子店（餅屋）や農産加工グループでも製造販売しており、藤沢周平の時代小説にも土産品としても登場するなど、古くから庄内地域南部を中心とした地域の食文化として根付いています。

#### 2 先祖代々守られてきた「とちの実」

- とちの実がなるトチノキは、冷涼な山地の溪流沿いに生育する落葉広葉樹です。朝日地域の行沢地区では、江戸時代に先祖がトチノキを造林したといわれ、現在も集落で管理する共有林があり、9月に採取解禁日を定めて、とちの実の共同採取が行われます。「行沢とちの実会」は、とちの実のアク抜き加工技術を確立し、「とちもち」を地域の代表的な特産品に育てあげ、食文化を守り継承しています。
- とちの実はそのままではアクの苦みが強く食べられないため、熱湯と木灰に混ぜ合わせてアク抜きをします。皮むきからアク抜き完了まで、約20日間と非常に手間がかかります。
- 庄内総合支庁農業技術普及課では、ベテラン加工者のアク抜き手法を調査して熱湯処理温度や木灰のpH等を明らかにした技術事例集を作成し、「とちもちづくり」を分かりやすく若い世代に伝える活動を続けています。



写真3 アク抜きの様子

#### 3 「とちもち」が購入できる場所

- 鶴岡市内の産地直売所「産直あさひ・グー」や「産直めぐり」、鶴岡市内の菓子店、東京の「おいしい山形プラザ」で年間を通じて購入することができ、昔ながらの味わいとして親しまれています。