

様式2 【生活様式などの無形のもの】

ふくしまの森林文化調査カード

県 HP公開 (可 ・ 否)

区分	1. 森づくり 4. 森と暮らし	2. 森の恵み 5. 森の文化財	3. 森と技 6. 森の風景
分野 (ふりがな)	(分野) 栃餅	(ふりがな) とちもち	
地域独特の呼び方	—	—	
タイトル	栃餅づくり		
伝承地域	南会津一円		
由来	(いつ、どこで、誰によって起こり、どのようにして現在まで (いつまで) 伝えられてきたか) 米の取れない山村にあって、栃餅は大切な食糧であった。 作り手が少なくなった今、食文化として残し地域の魅力づくりに役立てようとする取り組みも行われている。		
内容	(内容と共に、行事・祭りの場合は実施の時期、郷土料理の場合レシピなども) 昔は作物量が少なかったため、飯には大根や南瓜等の糲(かて)を入れて量を増やして食した。また、餅にもお供え以外は山牛蒡の葉や栃の実等を入れた。 栃餅は冬場に搗いて食べたほか、凍み餅等に加工し保存食とした。只見町では、田植えの終了を祝うサナブリの頃になると、栃餅を作った。 栃餅を作るには、かなりの手間がかかる。まず、採った栃の実を水に浸して害虫を取り除き、からからになるまで(約1カ月)天日干しをし、保存しておく。餅を搗く時に、使う分量だけ取り出してぬるま湯で煮て皮をむき、流水に2日程浸す。次に、灰を入れ再度、煮る。実が黄色くなったら鍋を火からはずし、2日程置く。流水に浸し、灰や薄皮を取り除く。あく抜きした実を入れて搗けば、栃餅となる。きなこや納豆をまぶして食べる。 栃餅は風味が良く、ほろ苦さと香ばしさがある山里の味である。		
文化財等の指定状況	—		
問い合わせ先	只見町教育委員会	電話	0241-82-5320

【継承活動を行っている方がいる場合】

個人	氏名 (ふりがな)	※顔写真がありましたら、コピーか電子ファイルをご恵与願います。(貼り付けずに、名前がわかるようにして同封ください。)
	性別・年齢	男 ・ 女 歳	
	生年月日	明治・大正・昭和・平成 年 月 日 生	
	住所・電話	〒 電話	
団体	職業		
	団体名 (ふりがな)	
	代表者氏名 (ふりがな)	
	団体の設立年月日	明治・大正・昭和・平成 年 月 日	
問い合わせ先		電話	

【フリーフォーマット】

キーワード



アク抜き
(灰をかけ水にさらして、2週間ほどかけてアクを抜く)



トチの皮むき
(専用のトチむきを使って皮をむく)



できあがったトチ粉