



わが町、 グルメ自慢! ④



青森県
八戸市

せんべいが アルデンテ？ 不思議な食感 「八戸せんべい汁」



南部せんべい発祥の地である八戸地方には、せんべいを使った料理がたくさんあります。その代表が八戸せんべい汁で、約200年前から食べられていると言われてい

ます。八戸せんべい汁を知らない方は、汁にせんべいが入っていることを不思議に思うでしょう。八戸せんべい汁には肉や野菜などたくさんの具材のほか、旨味たっぷりの汁がしみ込んだ“モチモチ”“シコシコ”とした独特な食感のせんべいが入っています。出汁の種類も豊富で、鶏や鯖、醤油、塩、味噌などなど…さまざまな味のせんべい汁が楽しめます。一度食べるとやみつきになること間違いなしです！

この八戸せんべい汁の全国ブランド化と地域の活性化を目指して、2003年に「八戸せんべい汁研究所（通称：汁研（じるけん）」という市民ボランティア団体が旗揚げされました。汁研は、八戸せんべい汁の調査や各地でのお振舞いのほか、作り方や魅力が伝わるテーマ曲「好きだDear！八戸せんべい汁」の企画など、幅広く活動しています。



巨大釜「マ汁ガーZ」でせんべい汁を調理中

汁研の活動のなかでも特筆すべきは、地元にも愛されるご当地グルメを集めた祭典「B-1グランプリ」の開催です。その記念すべき第1回目は、2006年に八戸市で開催されました。そう考えると、今や地域おこしの代表格ともなったご当地グルメは、八戸からスタートしたとも言えるでしょう。今後は八戸せんべい汁だけでなく、八戸という地域に注目が集まり、八戸のファンが増え、多くの皆さんに八戸を訪れていただくことを願っています。

まずは皆さん！ B-1グランプリ発祥の地・八戸で八戸せんべい汁を召し上がれ～！ おんでやあんせ八戸！

（執筆：八戸市まちづくり文化観光部観光課）

レシピ

家庭で作る八戸せんべい汁

●材料

鶏肉（もも）、ごぼう、にんじん、大根、長ネギ、舞茸またはシメジ、糸コンニャクまたは角コンニャク、南部せんべい、めんつゆ、醤油、酒、塩

●作り方

①沸騰した鍋に食べやすい大きさに切った鶏肉を入れる。

②次に、ごぼう、にんじん、大根、こんにゃくを入れ、あくを取りながら煮立たせる。

③さらに、めんつゆ、醤油、酒少々、塩少々を入れ味付けする。

④最後に、割ったせんべい、長ネギ、舞茸などを入れ、沸騰したら火を止め出来上がり。



原稿大募集！

当コーナーではご紹介いただけるご当地グルメを募集しています。「わが町の自慢の逸品を全国にPRしたい！」という方は、ぜひ、本誌編集部までご一報ください。情報誌「ALPS」編集部 alps2@lifeplan.or.jp