

## 群馬の粉食文化・オキリコミ

### オキリコミってどんな食べ物？

群馬県特産の小麦粉（地粉）を使い、**塩を入れずに作った巾広の麺**を**季節の野菜を具にした汁の中で直接煮込んだ**郷土料理です。打ち粉がついたまま煮込むため、汁にとろみがつくのが特徴です。

地域や家庭によってニボウト・ニゴミなどの呼び方の違いや、醤油味、味噌味などの味つけの違いやがあります。



オキリコミ

### 麺を打つときにどうして塩を入れないの？

うどんは麺にコシを出すため、麺を打つときに「塩」を入れ、寝かし（生地を休ませ）ます。麺に塩がたくさん入っているため、そのまま煮ると、麺から汁の中に塩が出てきて、汁が塩辛くなるため、下ゆでをして麺から塩分を出します。

塩を入れずに麺を作るオキリコミは、寝かす時間も下ゆでも不要であるため、麺を直接汁の中で煮込むことができ、短時間で作ることができます。

### どうして群馬県でオキリコミが食べられたの？

群馬県のもつ地理的な条件（冬の日照時間の長さ、空っ風で敵道に乾燥した気候、周囲を山に囲まれた地形、火山灰地で水はけが良い土壌）は小麦作りに適しており、畑作や水田裏作の麦作が盛んに行われました。そこから生まれた多様な粉食は、日常食（オキリコミ・すいとん・焼き餅）として食べられる一方、儀礼食（うどん）や神仏への供物（まんじゅう）としても取り入れられ、生活の中で重要な位置を占めていました。

粉食の中でも、麺に塩を入れずに作るオキリコミは、麺を下ゆでする時間を節約し、手早く作ることができるため、農作業や養蚕で忙しかった農家の夕食の主食として群馬県内の広い地域で食べられてきました。

### 食べ物も文化財なの？

衣食住、信仰、年中行事など、私たちの生活の移り変わりを理解するのに欠かせないものを「民俗文化財」といいます。

「食」であるオキリコミは、群馬県民の暮らしを支えてきた重要な食べ物であるとして、群馬県の「記録作成等の措置を講ずべき無形の民俗文化財」に選ばれました。

現在は家庭でオキリコミを食べる機会もオキリコミのめんを手作りできる人も減ってきていますが、文化財となったことをきっかけに、オキリコミが今後も食べ続けられていくことが期待されます。



メンバ板の上で生地をのばす