



ゆうすけ  
堂田祐輔さん (大沢・23)

## 祖母への恩返しでパン職人に

「パンが大好きだったおばあさんに恩返しがたくてパン職人になりました」。今年4月にオープンした観光物産館「とっと」に店舗を構える「山田灣ベーカリー」の店長、堂田祐輔さんはわが道を選んだ動機をこう話します。お店のパンは地産地消にこだわり、県産の小麦粉と盛岡市の「石割桜」由来の天然酵母を使用した飽きの来ない味が評判です。

2年9カ月前のあの日。堂田さんは通っていた盛岡市の調理師専門学校が卒業式で、3日後にやっとの思いで変わり果てた故郷にたどり着きました。避難所をくまなく回って懸命におばあさんを探しましたが、懐かしいその姿はありませんでした。高齢者施設からバスで避難する途中、大津波の犠牲になったといいいます。「時に厳しいけど、とても優しくかった。毎日、菓子パンを仏壇に供えています」。そんな堂田さんが手掛けた新製品が「いかるつおーねくん」。山田産のスルメイカをふんだんに

に使ったお好み焼き風のユニークなパンです。名物の山田せんべいを混ぜ込んだチョコレートケーキも試作中。「山田の魂が入ったパンを、おじいさんになるまで焼き続けたい」とほほ笑み、今日もせっせと生地をこねます。

## キッチンスタジオ No.60

# ハーモニー

このコーナーでは、町管理栄養士や山田町食生活改善推進員連絡協議会の皆さんが手軽にできるお弁当や郷土料理、旬の食材を使った料理などをご紹介します。今回は高野豆腐に煮汁のうまみがじわりと染みた「高野豆腐と鶏ひき肉のはさみ煮」を紹介します。

### 高野豆腐と鶏ひき肉のはさみ煮

#### 【材料（3人分）】

高野豆腐…3枚 鶏ひき肉…90g 長ネギ…15g  
ニンジン…15g シイタケ…2枚 ゴボウ…15g  
ショウガ…少々 片栗粉…適量

- ・A 溶き卵…1/4個分 しょうゆ…小さじ1杯 日本酒…小さじ1杯 塩…少々
- ・B だし汁…350cc みりん…大さじ2杯 薄口しょうゆ…大さじ1と1/3杯 塩…少々 砂糖…大さじ1と1/3杯

#### 【作り方】

- ① 高野豆腐は表示通りに戻し、1枚ずつ手のひらにはさんで水気をよく絞り、斜め半分に切る。切り口の中央に切り込みを入れて、袋状にする。
- ② ニンジン、シイタケ、ゴボウ、長ネギはみじん切りにする。ショウガはすりおろしておく。
- ③ ボウルにひき肉、②とAの材料を加え、手でよく混ぜ合わせる。
- ④ ①の高野豆腐の袋部分に軽く片栗粉を振り、③を等分に詰めたらさっと片栗粉を振る。
- ⑤ Bの材料を鍋に入れて煮立て、④の高野豆腐を入れる。強火にかけ煮立ったら弱めの中火にし、



アルミホイルなどで落としぶたをして10～15分ほど煮ると出来上がり。  
⑥ 器に盛り、好みでゆでた青菜やシメジ、せん切りのショウガを添えてもよい。

#### 【一口メモ】

肉のうまみと煮汁のおいしさを、じわ〜と味わえる煮物です。冬にぴったりの、体にやさしくほっとする一品ですよ。