



「ゆかしき花 衣笠草」を出版
福士 博さん（飯岡・67歳）

山田の原風景を追想しながら

「震災が一つのきっかけとなり、発刊しようと思いましたが、生かされたこの命でわたしのさまざまな思いを残したいと考え、筆を取りました」と話すのは、飯岡の福士博さん。8月に随筆集「ゆかしき花 衣笠草」を自費出版し、町内や近隣市町村の書店で発売しています。

同作品は、福士さん初の随筆集「ハギの花は秋の花」を発売した2003年からことしまでの9年間、新聞社に寄稿したもののや新たに書き下ろしたもののなど、全31編で構成されています。「二期一会」という言葉を作品の軸としながら、昔懐かしい山田での思い出や日常のちよつとした出来事、趣味の登山で見つけた高山植物の群生地のことなどを昔のことでありながら新鮮さを感じさせる表現で書き、原風景を読者に想像させます。

福士さんは「かつて暮らした山田の原風景を感じ、これからの暮らしに生かしてほしいと願います。特に今後のまちをつくる若者に読んでほしいですね」と笑顔で話していました。



表紙は、高山植物の「衣笠草」が描かれています。

キッチンスタジオ No.49 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、かぼちゃを使ったふんわりもっちりほんのり黄色の「かぼちゃドーナツ」です。

【材料（12個分）】

かぼちゃ…正味100㍈ 薄力粉…80㍈ 卵…1個
ベーキングパウダー…小さじ1 塩…ひとつまみ
砂糖…大さじ1と1/2 揚げ油…適宜
薄力粉（打ち粉）…少々

【作り方】

- ① かぼちゃの皮をむき、種とわたを取ったらひとくち大に切る。電子レンジなどで軟らかくし、フォークやマッシャーでよくつぶす。
- ② 薄力粉とベーキングパウダー、塩を合わせてふるいにかけておく。
- ③ 容器（ボール）に卵を割り入れ、あわ立て器でときほぐし、砂糖とサラダ油を加えて混ぜる。
- ④ ③に①のかぼちゃを加えてよく混ぜる。②の振るった粉を加え、ゴムベラで大きく切るようにサクッと混ぜたら、手でまとめる。ラップをかけて冷蔵庫で30分休ませる。
- ⑤ 台（まな板など）の上に打ち粉を振り、④の生地を10㍈くらいの長さに整え、12等分に切り分ける。
- ⑥ ⑤の生地を手のひらでそっと前後に転がして丸めて両端をくっつけ、リング状にする。

かぼちゃドーナツ



- ⑦ 揚げ油を弱めの中温に熱し、⑥をそっと入れる。焦げないように返しながらこんがり揚げ、油を切ると出来上がり。

【作り方のコツ】

ミックス粉でも作れますが、薄力粉で作るとかぼちゃの風味が残り、食感も良くなります。また、かぼちゃの甘味を確認してから分量の砂糖を増減させると、よりおいしいドーナツが出来上がります。