



イルカの空中散歩

～肥後の郷土料理を作って味わう～



第202号
担当 今村

皆様、本日もみぞか号へのご搭乗、誠にありがとうございます。朝夕はめっきり涼しくなりましたね！秋といえば、皆様は何を思い浮かべますか？スポーツに読書、芸術等色々ありますが、私が思いつくのはもちろん食欲の秋です(笑) さつま芋に栗、かぼちゃ、秋の味覚がとにかく大好きです！

今回はそんな食欲の秋にピッタリな食材を使った、あるものを作り、熊本市内に足を運びました。辛島町より路面電車(B系統)に揺られながら、市内の街並みを楽しんでいると…見えてきました！(段山町にて下車)



↑創業50年を超える老舗

「村上カラシレンコン店」さん

今村が作ったものは…。

そう！からし蓮根です！！肥後っ子の私は食卓に出ることが当たり前ですが、県外の方は口にされる機会は少ないのではないのでしょうか？からし蓮根は、今からおよそ380年前、熊本初代藩主・細川忠利のために栄養食品として発案されたそうです。「え？蓮根が？」そう思ったそこのあなた、蓮根にはレモン同様のビタミンCが含まれて

いるそうですよ！ちなみに、レモンは洗ったり熱したりすると、栄養値が下がってしまうそうですが、蓮根はほとんど変わらないそうです！その上、食物繊維が豊富で増血作用もある、万能野菜の1つです。そんな蓮根にからし味噌が加わることで、発汗を促し、病弱な藩主の体が丈夫になったのだとか。

その後からし蓮根は、輪切りにした切り口が細川家の家紋「丸曜紋」に似ていることから、明治維新まで門外不出の秘伝料理とされていたそうです。

と、店主の村上さんに教えて頂きながら、からし蓮根作りがスタートしました。

①まずは蓮根にからし味噌を詰めます。

スピード命の作業です。空気の力を利用



して下から上に隙間なく味噌を詰めていきます。

②先端がかぎ状になっている専用の器具を使い、衣に潜らせま



す。食欲増進の色である衣の黄色には、ウコンの粉が使われているそうです。

③その後すぐに200℃の油で揚げていきます。

既にお腹が空いてきました～



④機械が1周回ったら完成！！

ころんとしたつやのある俵型に鮮やかな黄色が食欲をそそります。



出来あがりはいまーい香りがして、この香りがまた、何とも言えない幸せな気持ちになりますよ～

⑤最後に揚げたてのからし蓮根をいただきました。



アツアツの衣に瑞々しい蓮根、からしの香りが鼻を抜けて、とても美味しかったです。

自宅では、村上さんが教えて下さったアレンジや知人おすすめの食べ方でもいただきました。

今村のおすすめBEST3

- ・マヨネーズを添える
- ・フライパンにごま油をひき、両面に軽く熱を通す
- ・バケットにからし蓮根、トマト、スライスチーズをのせてトースターで焼く

初めてアレンジしていただきましたが、どれも本当に美味しかったです！

是非1度、お試してください！そして、他にも美味しい食べ方

をご存知の方は、是非教えて下さい！！

体験は、職人さんがすぐ近くに居てくださるため、お子様から大人の方まで楽しめます。

からし蓮根が好きな方、まだ口にされたことがない方、ご自身で見て触って、肥後の味を堪能してみませんか？

【村上カラシレンコン店】

熊本市中央区新町 3-5-1

☎096-353-6795

受入時間 10時～14時

料金 1300円

体験時間 30～40分

※前日までに要予約
(体験は2～30人迄)



総務部 澤田もつぶやきたい

本日はご搭乗ありがとうございます。

総務部の澤田と申します。天草で生まれ育って数十年。

お魚の美味しい地域に住んでおります。

天草はとてもお魚が美味しいです。

うちの家族は漁業関係の仕事をしていて、私は、ほぼ毎日お魚を食べています。

お刺身はもちろん、アジのたたき・サバの味噌煮・イカときゅうりの酢の物・ぶえん寿司・ぶた和え・魚のフライ・天ぷらなどなど、他にもたくさん美味しい魚料理を主人の母が作ってくれます(笑)

天草へお越し頂いたお客様、是非、天草の魚料理を堪能して来てくださいね。

そして天草からお帰りになるお客様もまた是非、

天草へ魚料理を召し上がりにお越しください。

またのご搭乗をお待ちしております。

AMX information

下記の日程を運休とさせていただきます。

▼乗員訓練の為

10月 11日(水)、19日(木)

対象便○801便・802便
(熊本-大阪間)

▼乗員緑りの為

10月 21日(土)、23日(月)、25日(水)

対象便○107便・108便
(天草-福岡間)

お客様にはご不便をおかけし
誠に申し訳ございません。

天草エアライン

official Instagram 開設✦

→ [\[@mizoka_official\]](#)

みぞか号はもちろんのこと、
天草のおすすめスポットや、
何気ない1日をゆるーく post
していきますのでお楽しみに☺