

# 白露

長月 9月7日  
 大気が冷えて、草花に白い露が降りる頃。空には秋の雲が流れ、朝夕の涼しさに秋の訪れを感じる時季です。

白露料理あらかると



## ずいき 熊本城の非常食！

はす芋の葉菜(よらけい)の部分。ジャキジャキと歯ごたえがよくアツクも少ないので、皮をむいてそのまま食べることも。干したものはいもがらとも呼ばれ、保存食にします。熊本清水公園が非常食として熊本城の歴史館の材料に使ったことでも有名です。



## 千年の歴史ある例大祭が秋の訪れを告げる

白月の夜と日の頃、古日にわたり開催される熊本市の縁起八幡宮の例大祭。グライマックスを飾る神幸行列では、甲冑姿(かっちゅうゐがた)もりのしい「鎧兵(ざいひょう)」や独り馬の身前の舞物者で参進や市の中心部は大いににぎわいます。この大祭が終わると、朝夕の涼しさが増し、秋の気配が漂まると言われます。

## 秋の訪れを感じる朝

熊本八幡宮秋季例大祭はふるさとはまなましくつよまされたい(ゆい)の言葉で、夜は「マンビキの煮びたし」や有名な「栗ご飯」が食べられます。



マンビキの煮びたし  
 一晩(ひとしほ)したマンビキを適当に切り出し汁が氷で凍立て、醤油で調味したすまし汁に仕立てます。手がらを水で洗って一緒に煮ます。

## 月見団子

中秋の名月にお供えする月見団子。熊本では白玉団子(ちびちびの団子)ではなくうるち米の粉で作ってお供えするものが多くあります。



栗ご飯  
 炊いた小豆と渋皮までむいた栗に小豆の果汁を加え、普通の水を加減でお米と一緒に炊き上げます。

## マンビキ 夏場に旬を迎える白身魚

スズキの仲間でも一般にはシイラと呼ばれます。縁起八幡宮秋季例大祭の際に町内でもてなし料理として食べられています。塩でしめたり、凍通して食べることが多い魚です。



# 秋分

長月 9月23日  
 神無月

9月23日  
 春分と同じく、昼と夜の長さが同じになる日。霜さが和らぎ、涼しくなり、過ごしやすい時季です。

秋分料理あらかると



春はぼたもち、秋はおはき  
 一般的に牡丹(ぼたん)の花が咲く頃のものをおはきもち。一方、秋は萩(はぎ)にちなんで「おはぎ」と言われています。

## 馬肉 さくら色した美容食

低カロリーで、カルシウムや鉄分は牛肉や豚肉の2倍以上のヘルシーなお肉。そのきれいな色から「さくら肉」とも呼ばれています。そのまま生でいただく黒刺しは熊本の定番郷土料理です。



## 相撲に流鏝馬、見どころ満載の「田の実神事」

阿蘇神社の秋祭り。秋の美りを楽しむ神様に感謝する田の実神事。毎年9月25日・26日の2日間に行われます。「熊(ぐん)の相撲(すもう)」は、阿蘇谷・熊原谷の若者44名が紅白に分かれて懸いの神前の旗参道で、阿蘇流の流鏝馬が奉納されます。



流鏝馬  
 140メートルの旗参道に集って奉納。3つの駒をめぐって争奪戦も実施。



熊の相撲  
 阿蘇谷・熊原谷の若者たちが相撲に打ちあがり、争奪戦も実施。

## あかどいも

鮮やかに赤い葉だけを食べる

いもではなく赤い葉の部分を食べます。葉は1m以上あり、できるだけ日に当たらないよう、溝りで溝う種類のいもを育て、赤い色がきれいに出るようには剪断されます。漬物にすると、さらに色鮮やか、赤い色のためか「葉の高刺し」とも呼ばれます。



葉の赤い葉を漬物にした「あかどいも」。鮮やかな赤い葉が特徴です。



熊の相撲  
 阿蘇谷・熊原谷の若者たちが相撲に打ちあがり、争奪戦も実施。

## のつぺ汁

大根(だいこん)、里芋、ゴボウ、こんにやく、筍(たけのこ)、きんぴら、かき(かき)の汁もの。秋から春にかけて行事ごとに欠かせない料理です。

