

## 山形おきたま伝統野菜

# 馬のかみしめ

やまがたの食

長井市  
時庭



### 「馬のかみしめ」の復活

山形県の在来豆である「馬のかみしめ」は、山形おきたま伝統野菜の一つとして、現在、長井市の一部農家でのみ栽培されている。

名前の由来は、豆の表面に馬が噛んだような跡ができることから、「馬のかみしめ」と言われるようになったという。

大きく平べったい形をしているため、機械による選別が困難で、商品になるまで非常に手間がかかる。また、市場流通がなく生産者の把握ができなかったこともあり、一時は生産が途絶えたと思われるが、近年復活の兆しが見え始めている。

そのきっかけは、栽培農家の一人である遠藤孝志さんだ。平成18年に、父親の孝太郎さんの元へ近所の農家さんから種子が持ち込まれ、代わりに栽培してほしいと依頼されたことが始まり。その後、孝志さんが引継ぎ、現在約2.4haの栽培を行っている。

収穫した「馬のかみしめ」は、えだまめや大豆及び味噌や納豆などの加工品として道の駅や産地直売所に出荷しているほか、素材の良さを活かした6次化商品の開発にも積極的に取り組んでいる。

「皆さんに食べてもらいたい。ここにしかない魅力のある味。」と語る孝志さん。味が濃く食感が良い「馬のかみしめ」を、ぜひご賞味いただきたい。



### 名前の由来

豆の表面に馬が噛んだような跡ができることが由来とされており、馬肉食文化や馬頭観音など馬にゆかりがある長井市ならではの名前。

### 特徴

- ✓ 大きく平べったい
- ✓ 独特の風味がある
- ✓ 味が濃く食感が良い
- ✓ 色が鮮やか



馬のかみしめを使ったお菓子

それが一番。生産量がまだまだ少ない豆であるため、豆の特徴を活かし、県外にも広めていきたい」と語ってくれた。加工品は、長井市内のお菓子屋さんと協力して開発を行っており、毎年、地元の方や加工業者を対象とした試食会を開催してさらなる発展を目指している。



収穫に励む遠藤さん

孝志さんは馬のかみしめの魅力について「食べてみて美味しい！」

## 「馬のかみしめ」ごはんの作り方

長井市内小学校の  
バイキング給食メニュー



～材料（米3合：ごはん約170g・6人分）～

- ・馬のかみしめ：100g
- ・塩：7g
- ・つや姫：3合
- ・酒：24g
- ・だし昆布：10cm×10cm

### ここでワンポイント！

「馬のかみしめ」は一晩かけて水でゆっくり戻しましょう。ふくら、やわらか、大きくなり、豆本来の風味が堪能できます！