

どんぐりってどんな味?

どんぐり グツキンガ

むかしの人にはどんな食べ物を食べていたんでしょう。肉?魚?お米?もちろんそれらをたくさん食べていました。そして、お米がまだない時代には人々はどんぐりなどの木の実をたくさんひろって食べていたようです。でもどんぐりってたべられるの?? みなさんはどんぐりって食べたことありますか?

にげ〜

げげっ!どんぐりってたべられるの??

どんな味が
あるのかな



縄文時代に食べていたと思われる、木の实でつくった縄文パンです。

曾利遺跡
井戸尻考古館

どんぐりって食べられる?

どんぐりを食べたことありますか?

どんぐりって見かけはなんとなくおいしそうだけれど、たべるとかなりしぶいです。昔の人はこのしぶみをとるためにいろいろなくふうをしていたんだよ。



土器の発明でゆでてどんぐりのしぶみがとれるようになったよ

- ①土器に入れて何度もにる
- ②何日間も水にさらす

昔の人がどんぐりを水にさらしたあとも見つかっています。①と②をくりかえし、何日間もかけてしぶみをとっていたものもあります。

とんくいのしぶみをとるにはあこく手傭がかかったんだ

しぶみのすくないどんぐりで

どんぐりクッキーをつくらう

まてばしいでドンぐリクッキングに挑戦してみよう!

昔のあじを体験してみよう



南区出島西公園であつてきました。

まてばしいはにがみの少ないドンぐリです。でもナマで食べてしまったらやっぱりちょっとにがっ!そこで実のままフライパンで5~10分くらいいって下さい。こげ目がついてきたらOK!にがさもとれて、むきやすくなって何と一石二鳥!

●このくらいの量のどんぐりで... ●このくらいの粉になります。(約100g)

ペンキでからをぬいてもOKだよ~



たたいて どんぐりをわってうす皮もむきます。ここでは石で作った道具で挑戦。しんぼう強くこまかい粉にしていきます。ミキサーでも粉にできるよ!

むいて

する



むかしの料理道具の1つに石皿・すり石があります。木の実などをすりつぶしたとかがえられています。(〇)のふぶんがくぼんでいます。このふぶんですったみたいだよ

おこのみでいろいろなものをいれてみよう!

山いもをすってまぜたり、卵も入れるとおいしそう! お好みの物を入れてよくねって...塩を少々。



どんぐりの粉200gくらい(30~40個くらいでできます)。うすらたまご3個 くらい あまくするには砂糖もいれてね(50~100gくらい)

3.5cmくらいのボールにしてベチャンコにつぶします。その方が火がとおりやすいよ。

フライパンで焼きます。白っぽくなったらひっくり返して焼いてね。10~15分くらい焼いてできあがり。

できあがり

おいしいぞ~



お味はどうでしょう?

みんなの家のちかくにはどんなどんぐりがありますか?そのどんぐりは食べられるかな?さがしてみよう!かじってみて「にがっ!」と思ったらはき出しましょう。無理して食べないようにね。



くぬぎ

にが度 3
すこくにかいよ!



こなら

にが度 3



しらかし

にが度 2



しりぶかがし

にが度 0.5
このどんぐりはまてばしいと同じようにたべることができます。二葉山などでよくみられます。

協力: 広島市植物公園

ボウが多いほどにがっ!~

広島市内でもよくみるどんぐりだよ。

応用編

どんぐりハンバーグ



よく練って丸めてフライパンで焼きます。

あいびき肉200g どんぐりの粉 大さじ5はい たまご1個 塩 少々

おいしいの
かなあ？



トピックス



空から見た三谷遺跡

安芸区中野東で調査中の「^{みたに}三谷遺跡」は瀬野川をみおろす日あたり良好の場所にあります。今から2000～1700年前の弥生時代の人々がすんでいたムラでした。

このムラから巨大な家のあとが発見されました。そして、弥生人あこがれの「鉄」がたくさん出てきました。貴重な鉄の破片^{はへん}がこれほど出てくるとは…いったいどんな人たちがすんでいるムラだったのでしょか？



鉄が出て
きたんだよ

巨大な家のあと

