



旧羽州街道の泉

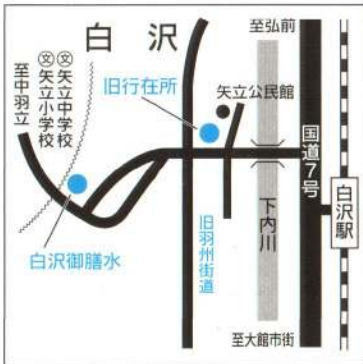
しら さわ ご ぜん すい
白沢御膳水



矢立地区白沢、矢立小・中学校の建つ高台の下に白沢御膳水があります。昨年の九月ごろから水量が減少しましたが、升やパイプのつまりを解消したところ以前にも増して冷たく豊かな水が流れるようになりました。

泉の周辺はトチ、カツラ、カエデ、センノキなどの大木が覆い、涼むには最適の場所になっています。また、地元のかたが整備した水車や庭石などで日本庭園風の趣となっています。

明治十四年九月、矢立峠を越えて明治天皇の巡幸があり、白沢の笹島家でお昼をとられました。その際、この泉の水が明治天皇の昼食調理と飲料水に用いられたことから御膳水または御前水と呼び親しまれてきました。笹島家の邸内



羽州街道を行く旅人が愛飲した歴史の泉。古の旅人になった気分が冷たく甘味な清水を味わってはいかがですか。

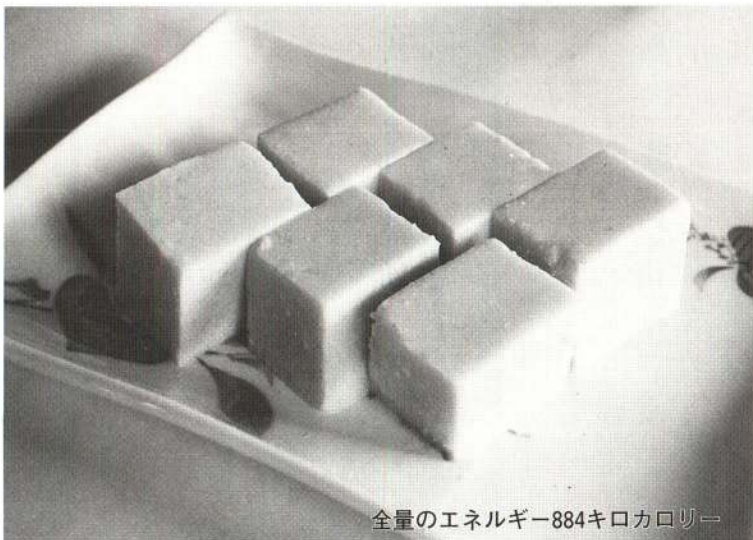
江戸時代の白沢は、大館地方における羽州街道の三つの宿駅の一つ（白沢以外は川口と大館）でした。一八五二年（嘉永五年）にはあの吉田松陰が、明治十一年には英国人旅行家イサベラ・バードが白沢に宿泊し、当時の様子を記録に残しています。

羽州街道を行く旅人が愛飲した歴史の泉。古の旅人になった気分が冷たく甘味な清水を味わってはいかがですか。



今月のレシピ

枝豆の牛乳かん



全量のエネルギー884キロカロリー

枝豆を寒天に変身させました！ 緑色のきれいな色が食欲をそそります。

- 材料** (4人分)
- 枝豆(さやつき).....300g
 - 牛乳.....300cc
 - 粉寒天.....8g(2袋)
 - さとう.....70g
 - 水.....200cc
- 作り方**
- 枝豆はゆでたあとさやから出し、薄皮をとる。これと牛乳をミキサーにかけてドロドロにする。
 - 鍋に水と粉寒天を入れ、火にかける。溶けたらさとうを入れ、火を止める。これに①を混ぜる。
 - 型に②を入れて冷やし固める。

一口メモ

枝豆は大豆の未熟なもので、たんぱく質やビタミンB1、食物繊維が豊富です。ビタミンB1はアルコール代謝にも必要といわれており、ビールのつまみに枝豆を食べるのは理にかなっているようです。