

第3話

沖縄そばの木灰そばとは？

初期の沖縄そばの最大の特徴は、木灰（もつかい）を用いて麺を作っていた点です。この木灰を用いた伝統的な麺作りは現在も一部の店舗で受け継がれており「木灰そば」などの看板が掲げられています。

木灰と聞いてびっくりする方もいるかもしれませんが、麺に灰そのものを用いるのではなく、木の灰を水に入れ、できた上澄みの液である灰汁（あく）を使います。

今ではラーメンと同様にかん水を用いていますが、最初期の沖縄ではかん水が手に入らなかったことなどから、この製法が用いられました。

ジュマルなどの木の灰を水に入れます。その後、攪拌を行い、一晚放置してから灰を沈殿させ、上澄み液を取ります。小麦粉に灰汁と塩を加え、灰汁を全体になじませ、手のひらを使って揉んでいきます。小麦粉の塊を1時間ほど寝かせた後、製麺機などを用い生地を伸ばしていき、麺状にカットすれば完成です。

木灰汁は強いアルカリ性であるため、かん水同様の効果をもたらします。その特徴は、独特の風味、特有のコシにあると言われており、麺が黄色くなる効果があります。昔の沖縄そばを食べ慣れたきた年配の方の中には、今でも木灰そばのファンが根強くいらつしやいます。

沖縄そばの伝統的な技法である木灰そばですが、1950年頃以降、かん水に取って代わられました。原因は、かつては薪を使って火を起こしていたのがガスに変わったこと。さらに、現在ではこの木灰を作る作業自体が個人では難しくなっている点が挙げられます。

木灰そばは、ラーメンやうどんには見られない、沖縄そば創成期のオリジナルの技法と言えます。今では数少ない店舗や個人によって技法が継承されています。

PROFILE【プロフィール】

さんぺい沖縄そば発信家。本名：山城晋平（やましる しんぺい）。1976年那覇市生まれ。2012年に沖縄そばの食べ歩きを始め、ブログやSNS等で沖縄そばを広める活動を行っている。2023年5月TBS「マツコの知らない世界（沖縄そばの世界）」に出演。2025年には沖縄そばグランプリや桜坂劇場での「沖縄そばの日」イベントを企画・実施。著書に『さんぺいの沖縄そばの歩きかた』（ポーターインク、2025年）がある。
※本連載は、著者のさんぺい氏の沖縄そば食べ歩き体験に基づいた感想や考察を基に構成されています。



① 木灰の原料となる薪



② イジュの木などから取った木灰



③ 水に木灰を入れて攪拌を行う



④ 木灰を沈殿させる



⑤ 小麦粉・木灰汁・塩で麺作りを行う