



お手軽ラスク

- RECIPE
- ①パン祖のパンを一□サイズに切る
 - ②1分間素揚げする
 - ③砂糖をまぶして完成

高校生が作ってみた パン祖のパン アレンジレシピ

本来は水やお茶でふやかして食べるほど硬く、質素な「パン祖のパン」。ここでは高校生が考えた、「パン祖のパン」をよりおいしく食べるレシピを紹介する。

- RECIPE
- ①コーンスープを作る（市販でも可）
 - ②一□サイズに切ったパン祖のパン、じゃがいも、きのこ、ベーコン、コーン、マカロニなどお好みで具材を入れる
 - ③粉チーズを振りかける
 - ④焼き色がつくまで焼いて完成



コーンスープグラタン



だし焼き

- RECIPE
- ①パン祖のパンを8等分程度に切る
 - ②だしに浸す
 - ③表面に軽く焼き色がつくまで焼く
 - ④青のりなどをまぶして完成

伊豆の国市 日本で最初に広まったパン パン祖のパン

by 静岡県立韮山高等学校



硬い!

「パン祖のパン」は日本で初めて広まったパンで、とても硬いのが特徴だ。まだパンが全く日本に広まっていなかった幕末期に、伊豆韮山の代官である江川太郎左衛門英龍が韮山で焼いた。英龍は握り飯に代わる兵隊の携帯食として、日持ちのするパンに目をつけた。

また、英龍は実際にパンを作っただけでなく、幕府に認めさせ自身の営む塾でパンの作り方を全国に広めたことから「パン祖」といわれている。



韮山の学祖！
韮山高校の学祖
江川太郎左衛門英龍



韮山の先輩！
石渡食品代表取締役
石渡浩二さん

「パン祖を全国へ」
「パン祖のパン」を再現し、販売している石渡食品の代表で、韮山高校OBの石渡浩二さんは「パン文化の担い手として、江川英龍が『パン祖』であることを全国に広めたいという思いで、材料や作り方も含めて当時のパンを再現しました。決し



▲石渡食品の防災食品

て、採算が取れる商品ではないですが、パン屋に生まれ、パン祖が学祖の高校を卒業したのは運命だと思って作っています」と語る。

「防災食としても」
「パン祖のパン」は通常のパンに比べてとても硬いため、食べやすいスティック状のものも売られている。

それだけでなく、長い賞味期限を活かし、石渡食品のさまざまな防災食にも応用されている。

「パン祖のパン」の購入はコチラで



蔵屋鳴沢 反射炉物産館「たんなん」
営業時間 8時30分～17時（10月～3月）
8時30分～17時30分（4月～9月）
定休日 なし
TEL 055-949-1208
住所 伊豆の国市中 272-1
伊豆長岡駅からバス 10分

1個	130円
5個セット	600円
いずれも税込み	

出典：国土地理院古地図コレクションサイト