

LESSON NOTES

Advanced Audio Blog S5 #9

Top 10 Japanese Foods: Udon and Soba

CONTENTS

- 2 Kanji
- 2 Kana
- 3 Romanization
- 4 English
- 5 Vocabulary
- 6 Sample Sentences
- 7 Grammar

9

KANJI

1. うどんとそば
2. 皆さんは、「うどん」と「そば」の違いがわかりますか。両者ともに和食を代表する麺ですが、似て非なる料理。
3. うどんは小麦粉に少量の塩水を加え、こねたものを細く（ほそく）切った白色の麺です。香川県の「讃岐うどん」が全国的に有名。「コシが強い」と表現されるモチモチした食感は、一度食べたら忘れられないでしょう。
4. 一方、そばは1メートル前後の高さになる植物「ソバ」の実の粉であるそば粉を使って作ります。昔、「黒麦」と呼ばれていたソバは、麺にしても茶色と灰色の中間のような色。独特の香りがあり、「ズズズー」と音を立てて吸い込むように食べることで、その香りを楽しめるのも特徴の一つ。
5. 両者とも一般的な食べ方は、さほど変わりません。
6. ゆでた後(あと) にぬめりを取るため冷水(れいすい) で洗い、丼やざる等の入れ物に盛ります。かつお節や昆布を煮出した出汁(だし) にしょう油やみりんを混ぜたつゆにひたしたり、つゆを掛けたり。暖かい時期はつゆを冷たくして食べますが、寒い時期は温かいつゆで食べると、身体の芯からホカホカしてきます。
7. うどんはとても消化が良く口当たりも優しいので、体調を崩したときや食欲がないときに適しています。
8. 一方、そばはアレルギー物質を含むので注意が必要な食品です。ひどい場合はせきが止まらなくなったり、吐いたりすることも。初めて食べる人は、少し口に入れてみて唇の周りが赤くなるなど違和感がないか、様子を見てください。

KANA

CONT'D OVER

1. うどんとそば
2. みなさんは、「うどん」と「そば」のちがいがわかりますか。りょうしゃともにわしよくをだいひょうするめんですが、にてひなるりょうり。
3. うどんはこむぎこにしょうりょうのしおみずをくわえ、こねたものをほそくきったはくしよくのめんです。かがわけんの「さぬきうどん」がぜんこくてきにゆうめい。「コシがつよい」とひょうげんされるモチモチしたしょっかんは、いちどたべたらわすれられないでしょう。
4. いっぽう、そばはいちメートルぜんごのたかさになるしよくぶつ「ソバ」のみのこなであるそばこをつかってつくります。むかし、「くろむぎ」とよばれていたソバは、めんにしてもちやいろとはいろいろのちゅうかんのようないろ。どくとくのかおりがあり、「ズズズー」とおとをたててすいこむようにたべることで、そのかおりをたのしめるのもとくちょうのひとつ。
5. りょうしゃともいっぱんてきなたべかたは、さほどかわりません。
6. ゆでたあとにぬめりをとるためれいすいであらい、どんぶりやざるなどのいれものにもります。かつおぶしやこんぶをにだしただしにしょうゆやみりんをまぜたつゆにひたしたり、つゆをかけたり。あたたかいじきはつゆをつめたくしてたべますが、さむいじきはあたたかいつゆでたべると、からだのしんからホカホカしてきます。
7. うどんはとてもしょうかがよくくちあたりもやさしいので、たいちょうをくずしたときやしよくよくがないときにてきしています。
8. いっぽう、そばはアレルギーぶっしつをふくむのでちゅういがひつようなしよくひんです。ひどいばあいはせきがとまらなくなったり、はいたりすること。はじめてたべるひとは、すこしくちにいれてみてくちびるのまわりがあかくなるなどいわかんがないか、ようすをみてください。

ROMANIZATION

CONT'D OVER

1. Udon to Soba
2. Mina-san wa, "udon" to "soba" no chigai ga wakarimasu ka. Ryōsha tomo ni washoku o daihyō suru men desu ga, nite hi naru ryōri.
3. Udon ha komugiko ni shouryō no shiomizu o kuwae, koneta mono o hosoku kitta hakushoku no men desu. Kagawa-ken no "sanuki udon" ga zenkokuteki ni yūmei. "Koshi ga tsuyoi" to hyōgen sareru mochimochi shita shokkan wa, ichi-do tabetara wasurerarenai deshō.
4. Ippō, soba wa ichi-mētoru zengo no takasa ni naru shokubutsu "soba" no mi no kona de aru sobako o tsukatte tsukurimasu. Mukashi, "kuro mugi" to yobarete ita soba wa, men ni shite mo chairo to haiiro no chūkan no yōna iro. Dokutoku no kaori ga ari, "zuzuzū" to oto o tate te suikomu yōni taberu koto de, sono kaori o tanoshimeru no mo tokuchō no hitotsu.
5. Ryōsha tomo ippanteki na tabekata wa, sahodo kawarimasen.
6. Yudeta ato ni numeri o toru tame reisui de arai, donburi ya zaru nado no iremono ni morimasu. Katsuobushi ya konbu o nidashita dashi ni shōyu ya mirin o mazeta tsuyu ni hitashitari, tsuyu o kaketari. atatakai jiki wa tsuyu o tsumetaku shite tabemasu ga, samui jiki wa atatakai tsuyu de taberu to, karada no shin kara hokahoka shitekimasu.
7. Udon wa totemo shōka ga yoku kuchiatari mo yasashii node, taichō o kuzushita toki ya shokuyoku ga nai toki ni tekishite imasu.
8. Ippō, soba wa arerugī busshitsu o fukumu node chūi ga hitsuyō na shokuhin desu. Hidoi baai wa seki ga tomaranaku nattari, haitari suru koto mo. Hajimete taberu hito wa, sukoshi kuchi ni irete mite kuchibiru no mawari ga akaku naru nado iwakan ga nai ka, yōsu o mite kudasai.

ENGLISH

1. Udon and Soba

CONT'D OVER

2. Everyone, do you know the difference between "udon" and "soba"? Both are types of noodles that are representative of Japanese cuisine, but although they resemble each other, they are actually quite different.
3. Udon is white noodles made from wheat flour that is mixed with a small amount of water and salt, kneaded, and then cut up finely. "Sanuki udon," from Kagawa Prefecture, is famous throughout Japan. If you try it, surely you'll never forget the springy texture of the noodles, which is described as being "chewy."
4. Soba, on the other hand, is made from buckwheat flour—flour from the seeds of a plant that grows to around one meter tall, the "soba" (buckwheat) plant. The buckwheat plant, which in the past used to be called "kuromugi" ("black wheat" or "rye"), when made into noodles, turns a color halfway between brown and gray. It has a unique aroma, and enjoying this aroma by sucking up the noodles with a slurping sound is one characteristic of soba.
5. The typical ways of eating both udon and soba aren't so very different.
6. After boiling the noodles, in order to get rid of the sliminess, wash them in cold water, and then serve them in a container such as a porcelain bowl or bamboo sieve. Dip the noodles in "tsuyu"—dashi made by boiling down sliced, dried bonito and kelp and then mixed with soy sauce and sweet cooking sake—or pour the tsuyu over the noodles. At warm times of the year, we chill the tsuyu to eat the noodles, but when you eat them with warm tsuyu when it's cold outside, your body becomes toasty from the very core.
7. Udon is very quickly digested and is easy on the palate, so it's good for the times when you're feeling ill or when you have no appetite. On the other hand, soba contains allergenic substances, so it's a foodstuff that requires caution. When there's a very severe reaction, it can even cause incessant coughing, vomiting, and so on. People eating soba for the first time, please try putting a little bit in your mouth and check that the area around your lips doesn't turn red, that you don't feel any discomfort, and so on.

VOCABULARY

Kanji	Kana	Romaji	English
物質	ぶっしつ	busshitsu	material, substance

食感	しょっかん	shokkan	food texture
両者	りょうしゃ	ryōsha	both sides
和食	わしょく	washoku	Japanese-style meal
ぬめり	ぬめり	numeri	slime, viscous liquid, mucus
似て非なる	にてひなる	nite hinaru	falsely similar, close but not the same
昆布	こんぶ	konbu	kelp
芯	しん	shin	center, core, lead(for pencil)
消化	しょうか	shōka	digestion
こねる	こねる	koneru	to knead, to mix with fingers;V2

SAMPLE SENTENCES

<p>物質主義にうんざりする。 <i>Busshitsu shugi ni unzari suru.</i></p> <p>I'm disgusted by materialism.</p>	<p>このケーキは独特の食感だ。 <i>Kono kēki wa dokutoku no shokkan da.</i></p> <p>This cake is unique in texture.</p>
<p>両者の意見を聞いてから判断します。 <i>Ryōsha no iken o kiite kara handan shimasu.</i></p> <p>I'll decide after hearing opinions from both sides.</p>	<p>今夜は和食が食べたい。 <i>Kon'ya wa washoku ga tabetai.</i></p> <p>I'd like to have a Japanese style meal tonight.</p>
<p>シンクのぬめりを取るために、これを使った。 <i>Shinku no numeri o toru tame ni, kore o tsukatta.</i></p> <p>I used this to get rid of slime in the sink.</p>	<p>バターとマーガリンは似て非なるものである。 <i>Batā to māgarin wa nite hinaru mono de aru.</i></p> <p>Butter and margarine are close but not the same.</p>
<p>昆布は髪を黒くするといわれていました。 <i>Konbu wa kami o kuroku suru to iwarete imashita.</i></p> <p>It was said that eating kelp makes your hair black.</p>	<p>キャベツの芯は取り除いてください。 <i>Kyabetsu no shin wa torinozoite kudasai.</i></p> <p>Please remove the core of the cabbage.</p>

玄米は消化が悪い。
Genmai wa shōka ga warui.
Brown rice is digested slowly.

パン生地をよくこねてください。
Pan kiji o yoku konete kudasai.
Please knead the bread dough well.

GRAMMAR

Yuichi: オーディオブログ第5シーズン第9課 「うどんとそば」

Jessi: こんにちは ジェシーです。

Yuichi: ゆういちです。レッスン6からレッスン15までは日本の食べ物・料理を紹介していきます。

Jessi: 今回紹介する食べ物はなんですか？

Yuichi: 今回は「うどんとそば」の二つを取り上げます。 **Jessi:** では、ブログを聞いてみましょう。

ブログ本文

Yuichi: さて、今回はうどんとそばでした。では、皆さんに、早速、質問です。「うどん」と「蕎麦」の違いはなんでしょうか？

Jessi: いきなり、難しい質問ですね。

Yuichi: 違いは、たくさんあるんですけども、一番大きな違いは、材料だと思います。

Jessi: うどんは、小麦粉から出来ていて、そばは「そば」という植物から作られている・・・というのが、答えですね？

Yuichi: ピンポン！正解です。さすがですね。

Jessi: ありがとうございます。ところで、ブログの中で、「腰が強い」という表現がありました。これは、面白い表現ですね。

Yuichi: ああ、これは「讃岐うどん」を「腰が強い」と表現していたところですね。この、麺の腰が強いというのは、しっかりとした歯ざわりがあるという意味です。そこまで硬いというわけではないんですけども、しっかりと噛んで感覚があるということですね。逆に、麺とか、パスタでもそうなんですけども、ゆですぎると、ふにゃふにゃして美味しくありませんよね。

Jessi: ああ、そうですね。

Yuichi: ああゆう状態を、「腰がない」ということができます。

Jessi: 「腰がない」なるほど～。

Yuichi: あの、讃岐うどんは腰が強くてもとってもおいしいので、日本に来たら食べてみてください。

Jessi: はい。

Yuichi:東京でも食べることができます。

Yuichi:日本では、蕎麦を「ズズズー」と音を立てて食べますが、あれは、アメリカではいけないマナー、ですよね？

Jessi:はい、そうですね。これはマナー違反ですね。でも、ブログによると、独特の香りを吸い込むための食べ方なんですね～。

Yuichi:そうですね。別に、音を立てなくちゃいけない・・・ということではないんですけど、うどん、蕎麦、ラーメンとかは音を立てて食べる人が多いと思いますね。

Jessi:あと、うどんやそばのスープを飲みたいときは、入れ物を持ってもいいんですよね？

Yuichi:あ、そうです。スプーンがあれば、スプーンで飲みますが、ないときは、器を持ってスープを飲みますね。

Jessi:それもアメリカではしないので、最初見たときはちょっとびっくりしました。

Yuichi:あ、そうですか。特に失礼な行為ではないので、大丈夫だと思いますね。

Jessi:はい。

Yuichi:あ！スープの話で思い出したんですけども、このブログでは説明していなかったことなんですけど、そばを食べたら、必ずしたほうが良いことがあります。

Jessi:したほうが良いこと？そばを「食べているとき」にすることですか？

Yuichi:いや、「そばを食べた後」にすることです。

Jessi:「そばを食べた後」ですか。うーん、何だろう。

Yuichi:蕎麦湯って聞いたことありますか。

Jessi:名前は聞いたことあります。なんでしたっけ？

Yuichi:これは、そばを茹でたときに使ったお湯のことを、「蕎麦湯」というんですけども、そばを食べた後は、つゆに蕎麦湯を入れて、味を薄めて飲むんです。

Jessi:あ、飲んだことあります！スープみたいな感じになりますね。おいしいです♪

Yuichi:このそば湯には、そばを茹でたときにそばから出てきてしまった栄養分がたくさん入っているので、健康にも良いそうなんですよ。

Jessi:そうなんですか。どうやったら、飲めるんですか？

Yuichi:基本的に蕎麦屋さんでは、そばを食べ終わったら、蕎麦湯をくださいって言えば、持ってきてくれると思いますよ。まあ、実際に言わなくても、持って来てくれるところも多くあると思いますけども、無料ですので、是非試してみてください。

Jessi:でも、そばといえば、アレルギーがありますから気を付けたほうが良いですよ。

Yuichi:あ、そうですね。ブログにもありましたが、初めて食べる人はちょっと注意してみてください。

それじゃあ、このレッスンはこの辺で。 Jessi:さようなら。