

# <郷土料理のご紹介>

10月23日(水) 昼食

郷土料理：**鳥取県**



## 《メニュー》

- どんどろけ飯
- 焼きサバの煮付け
- 昆布茶炒め
- らっきょう和え
- みそ汁
- 柿

## 《解説》

### どんどろけ飯

もめん豆腐や野菜を炒め、お米と一緒に炊き上げる炊き込みご飯です。『どんどろけ』は方言で『雷』を意味し豆腐を炒める音が雷鳴のように聞こえることから名づけられたメニューです。



### 焼きサバの煮付け

昔、日本海では大量の鯖が水揚げされていましたが冷凍技術が確立されておらず、腐りやすい鯖を焼いて出荷することで長持ちさせていました。そんな焼きサバを玉葱と一緒に煮込んだ料理が昔から庶民の味として親しまれています。



### らっきょう和え

鳥取県はらっきょうの生産量が全国1位。「砂丘らっきょう」というブランドも有名です。鳥取県でのらっきょう栽培は江戸時代から始まり、水の少ない砂丘地でも栽培できることから広まったと言われています。今回はらっきょう漬を使用した和え物を提供します。



※写真はイメージです