

<郷土料理のご紹介>

10月15日(火) 昼食

郷土料理： **山梨県**

《メニュー》

- ・ しらすごはん
- ・ ほうとう
- ・ ひじきのきんぴら
- ・ なめたけ和え
- ・ 牛乳プリン 信玄餅風



《解説》

ほうとう

幅広の平打ちうどんと南瓜やさまざまな食材を味噌ベースの汁で煮込んだ麺料理です。戦国時代、甲州地方ではお米が貴重であり武田信玄がそれに代わる陣中食として考案したなど、発祥には諸説あります。栄養バランスと消化に優れた体に優しい一品です。



牛乳プリン 信玄餅風

信玄餅は有名な山梨銘菓です。武田信玄が出陣の際の非常食として持ち歩いた砂糖入りの餅にちなんで作られたという逸話と、山梨県でお盆に食べられる安倍川餅が由来、という二つのルーツを持っています。今回は牛乳プリンにきなこ黒蜜をかけて、信玄餅風に仕上げます。



※写真はイメージです