

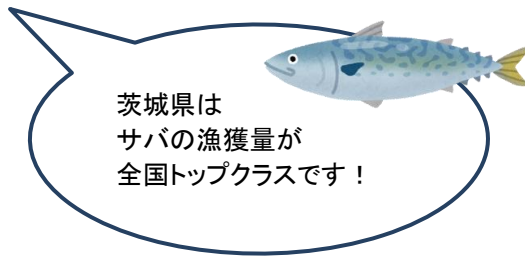
<郷土料理のご紹介>

12月20日(金) 昼食

郷土料理：**茨城県**

《メニュー》

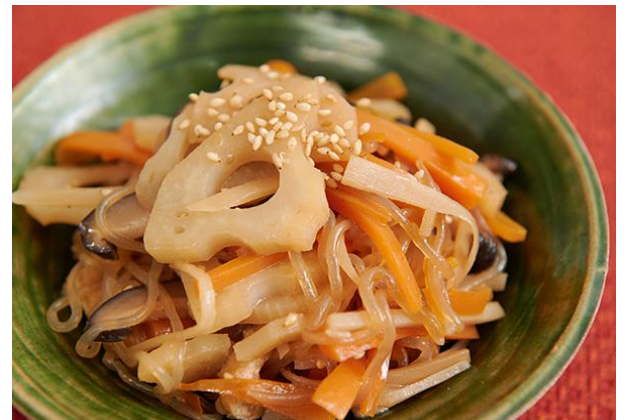
- ・ 米飯
- ・ 鯖の味噌焼き
- ・ 煮あい
- ・ そぼろ納豆
- ・ 清汁
- ・ みかん



《解説》

煮あい

煮あいは水戸市周辺の郷土料理で、お正月や祝い事などの人が集まる時に欠かせない料理です。茨城県が日本一の生産量を誇るレンコンなどの根菜を炒め、酢の入った調味料で煮て作ります。名前の由来は諸説ありますが、「煮て和える」ことから「煮合い」と呼ばれるようになりました。



そぼろ納豆

水戸市は、いわずと知れた納豆の名産地です。江戸時代、台風が来る前に収穫できる早生大豆作りが水戸で進められ、早く収穫される小粒の大豆をおいしく食べる工夫として納豆づくりが盛んになりました。そぼろ納豆は、納豆と切干大根を合わせて、醤油などに漬け込んだ水戸市の伝統的な料理で、切干大根のシャキシャキとした歯ごたえが特徴です。



※写真はイメージです