

<郷土料理のご紹介>

9月30日(火) 昼食

郷土料理： **新潟県**

《メニュー》

- ・ タレかつ丼
- ・ ひじき煮
- ・ ふかしなす
- ・ 清汁
- ・ 梨



《解説》

タレかつ丼

新潟市発祥のタレかつ丼は、一般的な卵とじのかつ丼とは異なり、ご飯の上に、揚げたてのカツを甘辛い醤油ダレにくぐらせてのせたシンプルなものです。

昭和初期頃、モダンな料理だったカツレツを醤油ダレにくぐらせてご飯にのせて提供したのが始まりと言われ、市民のソウルフードとなっています。



ふかしなす

なすの消費量が新潟県は日本一。なすには、体を冷やす作用があるので、夏の暑さをしのぐために食べられます。「ふかしなす」は地域によって「なすぶかし」というところもあります。蒸したなすを冷蔵庫で冷たく冷やして、からし醤油で食べるのが新潟流です。今回は新潟流でお召し上がり下さい。



※写真はイメージです