

29日は、金沢の献立です！



ひゃくまんさん

ごはん つくだに 牛乳
じぶに
かがれんこんだんごじる



石川県のほぼ中央に位置する金沢市。山や海があり、平野が広がっているため、「山・海・野の幸」がたくさんとれ、食材にめぐまれています。金沢市では、地元の食材を親しみとほこりをこめて、「じわもん」と呼びます。金沢市には、じわもんの食材と加賀百万石の文化が合わさってできた料理がたくさんあります。



金沢市

治部煮

治部煮は、石川県の郷土料理のひとつです。江戸時代から伝わり、武士から庶民まで親しまれてきた料理です。

小麦粉をまぶした鴨肉や季節の野菜、石川県の伝統食品の「すだれ麩」をだし汁で煮て作ります。上にわさびを少しのせて食べます。

すだれ麩 鍋で煮るときに「じぶじぶ」音がすることから、「じぶ煮」という名前がついたといわれています。



加賀れんこん

加賀れんこんは、加賀野菜のひとつです。ふつうのれんこんと比べて、穴が小さく肉厚です。でんぷん質が多く、ねばりが強いので、調理すると、もちりした食感が楽しめます。

今日は、すりおろしとみじん切りにした加賀れんこんと白玉粉を合わせて団子をつくりました。「もちっ！シャキっ！」の両方の食感を味わってください。

