

加茂 まちなか探検

今回のテーマは…

焼きそば



幅広い年代から愛される「焼きそば」は、食卓で、バーベキューで、お祭りの屋台で…様々なシーンに登場する国民食。今では、ご当地メニューになったり、ソース味、塩味、醤油風味とバリエーションも豊富になっていますよね。

今回は、こだわりのソースやモチモチの麺など、自宅では味わえない、お店の焼きそばをご紹介します。ソースも、具も、麺も多種多様。ぜひ、食べ比べてみてください♪

老舗割烹 天神屋会館の女将直伝
春を味わう 山菜料理6種



作り方 ※風味をそこぼさないよう山菜を湯がく時間は約1分

- ①あさつきのみそディップ**
湯がいたあさつきは冷まして結ぶ。お好みの味噌を添えて器に盛る。
- ②春の酢みそ和え (ふきのとう、あさつき、ホタルイカ)**
 1. 酢みその作り方／鍋に同量のみそ・酢・砂糖と練りからし(量は好みで)を入れ、弱火にかけ木ベラで練る。なめらかになったら火を止め、温かいうちに卵黄を加え、さらによく練ったら完成。
 2. 湯がいたふきのとうとあさつき、ホタルイカを酢みそで和える。
- ③つくしの酢漬け**
 1. 酢1：水1：砂糖1を合わせ、砂糖が解けるまで鍋で煮る。
 2. つくしの頭と袴を取って湯がき、1に漬け込み完成。
- ④ふきのとう天ぷら**
 1. ふきのとうをよく洗って水気をしっかりふき取る。
 2. 小麦粉に少量の酢またはビールを入れてふきのとうにまぶし、油で揚げる。この一工夫が天ぷらをサクッと仕上げるコツ！
- ⑤ふきのとうみそ**
 1. ふきのとうの葉と花を細かく刻み、油をひいたフライパンで5分程炒める。
 2. ふきのとうの半量のだし汁の素、酒、みりんを加えさらに炒める。その時によく洗った10円玉と一緒に炒めると色がきれいに。
 3. ふきのとうの半量のみそと砂糖(みそと同量)を加えてさらに炒めたら完成。
※味噌の量を少なくするとふきのとうの味が際立つのでおすすめ
- ⑥かんぞうのふりかけ和え 山菜**
かんぞうは良く洗い、10円玉を入れた鍋で湯がく(銅鍋の場合は不要)。お好みのふりかけをまぶして完成。



レシピ提供
(有)天神屋会館
酒井 幸江さん
【住所】秋房1-29
【電話】0256-52-8160

お店でも山菜の
一品料理をお楽しみ
いただけます♪

