

行事食 12 月
郷土汁シリーズ第 19 弾
～京風白みそ仕立て椀～

ご飯

ぶり照焼き～梅型人参添え～

かぶの冷製煮

京風白みそ仕立て椀

オレンジ



郷土汁シリーズ No.19 京都府「白味噌仕立て椀」

京都を中心とした関西地方は、白味噌文化です。

白味噌は、江戸時代に京都の味噌屋が現在の京都御所のご用命を受け、宮中の料理用に献上したのが始まりといわれています。宮廷文化の中で育まれた白味噌は、ハレの場に欠かせない調味料として定着していき、現代でも、関西地方の正月に食べる雑煮は白味噌仕立てで有名です。

白味噌の塩分は5%前後と、一般的な味噌の約半分であり甘みがあるのが特徴です。

山に囲まれ海から遠い京都では、塩が貴重であったとのいわれに関係しているのかもしれない。

本日は、昆布で出汁をひき、里芋と生麩で品よく仕上げた「京風白味噌仕立て椀」をご用意しました。今が旬のゆず皮を最後に添えています。風味もお楽しみ下さい。

また、「椀」としての提供のため、具が見える程度の汁の量となっております。

荏原病院では、毎月1回、各地の郷土汁をご提供し、レシピの紹介を行っています。このメッセージはお持ち帰りになって、ぜひご家庭でもお試しください。

郷土汁シリーズを実施した都道府県に「済」を表示しています。
ご意見・ご感想をお寄せください



「白味噌仕立て椀」レシピ紹介



【材料】(2人分) 【切り方】

・里芋	60g	1/2カット
・生麩	8g	
・糸三つ葉	4g	2cm長さ
・ゆず皮	2g	千切り
・白味噌	16g	
・昆布(出汁用)	適量	
・水	160g	

【作り方】

- ① 鍋に分量の水と昆布を入れ1時間程おく。
- ② 鍋を火にかけて、沸々してきたら昆布を取り出す。
- ③ 里芋は半煮え程度に下茹でしておく。
- ④ ②に下茹でした里芋を加え火が通るまで煮たら、白味噌を加えて味を整える。
- ⑤ 器に里芋、別鍋で茹でておいた生麩、味噌汁をいれたら、三つ葉とゆずを添えてできあがり。

★1月 郷土汁の予告★

香川県の「しっぽく汁」を予定しています。
郷土汁シリーズのバックナンバーは、荏原病院ホームページをご覧ください。

平成30年12月14日(金)夕食
荏原病院 栄養科