

行事食 7月
郷土汁シリーズ第 38 弾

佐賀県「だぶ汁」

ひじきご飯

卵豆腐そぼろあん

南瓜煮物

佐賀県のだぶ汁

スイカ



郷土汁シリーズ No.38

佐賀県「だぶ汁」

今月の郷土汁は、佐賀県の「だぶ汁」です。

「だぶ汁」は、お祝いの時などに集落の人が共同で作る郷土料理のひとつです。煮くずれしにくい具材をたくさんのお水で「ざぶざぶ」と煮ることから、なまって「だぶ汁」と呼ばれるようになったそうです。ハレの日には材料を四角に切る風習もあるようです。

片栗粉でとろみをつけた汁に、おろししょうがの風味をきかせて食べます。今回はみりんを使用して作りましたが、砂糖を使う家庭もあるそうです。具たくさんでほんのりとろみのついた汁はほっとできる一品です。ご家庭でもぜひお試しください。



荇原病院では、毎月1回、各地の郷土汁を提供し、レシピの紹介を行っています。お持ち帰りになって、ご活用ください。

郷土汁シリーズを実施した都道府県に^①を表示しています。ご意見・ご感想をお寄せください。



38/47 都道府県
あと9県

「だぶ汁」レシピ紹介



【材料】(2人分)

鶏もも肉	40g	
れんこん	40g	いちょう切り
里芋	40g	いちょう切り
人参	20g	いちょう切り
ねぎ	6g	小口切り
出し汁	280ml	
片栗粉	3g	
☆しょうゆ	8g	
☆みりん	3g	
☆塩	0.8g	
しょうが汁	少々	

【切り方】

【作り方】

- ① 具材をそれぞれ切っておく。
- ② 鍋にだし汁、ねぎ以外の具材を入れて火が通るまで煮る。
- ③ ②にねぎを加え、☆の調味料を入れて味をととのえる。
- ④ ③にしょうが汁を加え、水溶き片栗粉でとろみをつけたら出来上がり。

★8月 郷土汁の予告★

山口県の「大平汁」を予定しています。郷土汁シリーズのバックナンバーは、荇原病院ホームページでご覧いただけます。