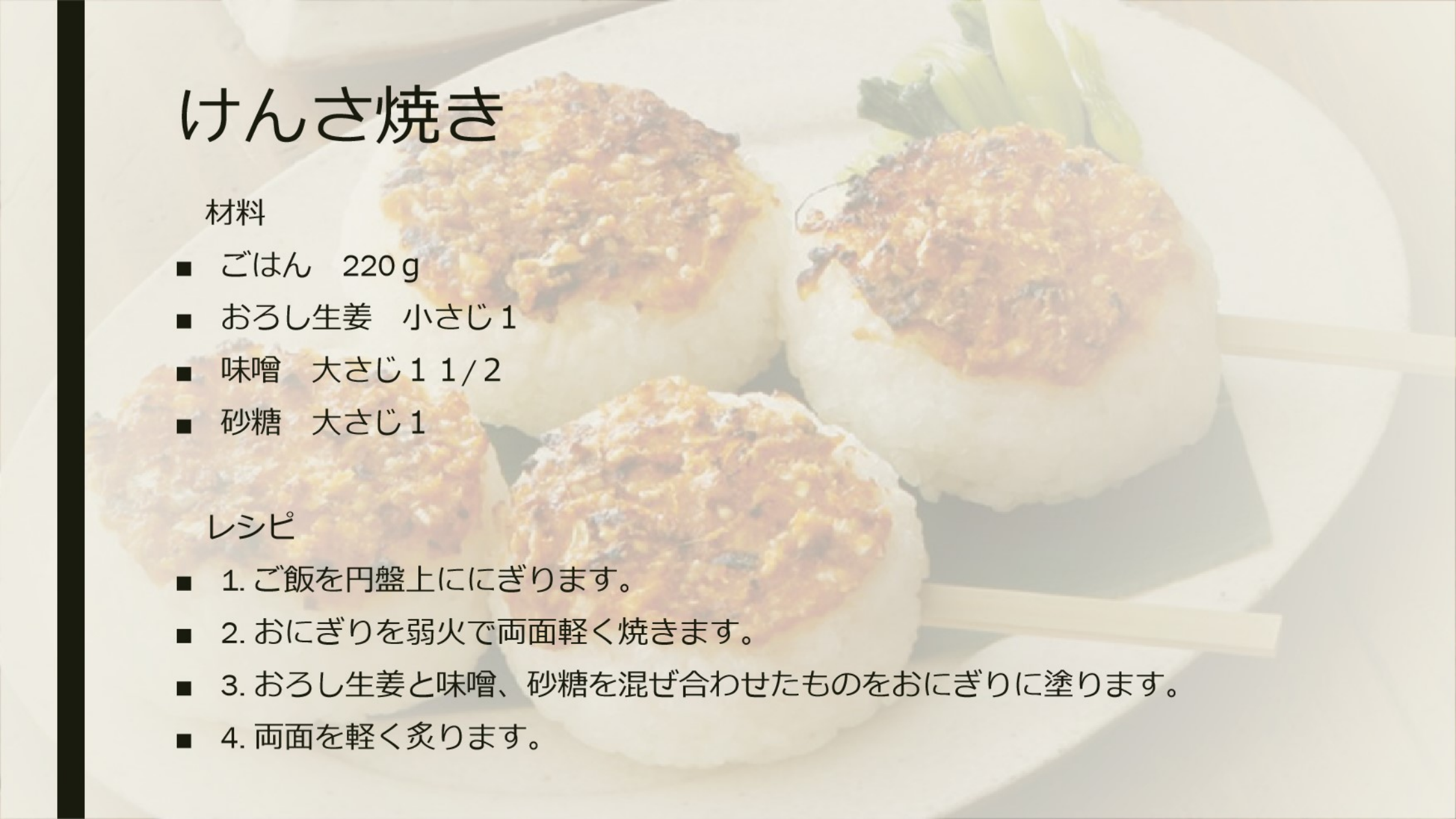


簡単に作れる新潟 の郷土料理

2-7 No.3

私たち中学2年生はもともと5月に新潟へ行く予定でしたが、このような騒動が起こってしまい新潟へ行くことができなくなりました。そのため今回私は、新潟へ行っていなくても新潟へ行った気分を味わえるように、誰でも簡単に作れる新潟の郷土料理を2つご紹介します。

けんさ焼き



材料

- ごはん 220g
- おろし生姜 小さじ1
- 味噌 大さじ1 1/2
- 砂糖 大さじ1

レシピ

- 1. ご飯を円盤上のにぎります。
- 2. おにぎりを弱火で両面軽く焼きます。
- 3. おろし生姜と味噌、砂糖を混ぜ合わせたものをおにぎりに塗ります。
- 4. 両面を軽く炙ります。

いりごこ

材料

- 白菜 1/2個
- 塩 小さじ1強
- 酒粕 約100g
- 水 100cc
- 味噌 大さじ1
- 砂糖 小さじ1

レシピ

1. 白菜を2.3mmの幅で切り、ボウルに入れます。
2. 1に塩小さじ1強を入れ、手で混ぜ合わせて馴染ませしばらく置きます。
3. しんなりとしてきたら、再度手で揉むように混ぜて一晩置きます。
4. 白菜はしっかりと絞り、ザルにあげます。
5. 酒粕と水を鍋に入れ、弱火にかけます。
6. 泡立て器でダマがなくなるように酒粕を煮溶かします。
7. ふつふつとしてきたら味噌と砂糖を加え、混ぜます。





今回私が紹介したこの二つの郷土料理、けんさ焼きといりごこはとても簡単でおいしいのでこの新潟の郷土料理を食べて、今回行けなかった新潟へ、少しでも行った気分を味わってもらえると嬉しいです。