

新潟の郷土料理を作ろう！！

まず最初に

皆さんは新潟の郷土料理をご存じですか？？

あまり知らない。というひが多いと思います。正直、私も全然知りませんでした。

なので、今回は新潟の郷土料理であるのっぺい汁のちょっとマニアックな知識、レシピをこのパワーポイントを見ただけで知り、作れるようにまとめてみました。

これを機に新潟の郷土料理をたくさんの人に作ってみてほしいです。

材料(4人分)

- 里芋 3個
 - 大根 80グラム
 - にんじん 60グラム
 - 油揚げ 2分の1枚
-
- こんにゃく 4分の1枚
 - 長ネギ 2分の1本
 - だし汁(昆布) 4カップ
 - 醤油 小さじ1

1. 里芋の皮をむき、一口サイズに切る。大根とにんじんは皮ごと乱切りに、長ネギは笹切りにする。
2. 油揚げを半分に1cm程度の短冊切りに、こんにゃくはスプーンで一口サイズにちぎり、それぞれをさっとゆがいて水洗いし、油やアクを取り除いておく。
3. だし汁を沸かし、里芋を加えて10分、にんじん、じゃがいもを加えて10分、油揚げ、こんにゃくを加えて10分ほど中火で煮る。
煮汁が少なくなってきたら、随時、水またはだし汁を加える。
4. 長ネギと醤油を加えて味見をし、必要なら塩を加え、盛り付ける。

ポイント！！

3のとき、火を弱めすぎない！！



←のっぺい汁

～ちょっとマニアックな知識～

のっぺいの語源

のっぺいの語源は汁が粘って餅のようであるから濃餅と表記され、粘っていることの意味のぬっぺいがのっぺいに訛り、能平や野平と表記されたとも考えられる。また、行事の際に人が集まる席が平らに納まるように納平(のっぺい)と呼ばれたともいわれている。

最後に

今回を機に新潟に少しでも興味を持っていただけていたら
とてもうれしく思います。

のっぺい汁、ぜひ作ってみてください！！