

12 新潟の郷土料理

新潟の郷土料理

- 新潟県にある郷土料理についてまとめ、実際に作ってみました。

佐渡煮しめ

- 豆腐・昆布・大根・ニンジン・サトイモ・こんにゃく・練り物などを、おでん風に煮込んだ郷土料理。だし汁にはアイナメやトビウオなどを使い、汁が少なくなるまで何度も煮込み、味を含ませるので中まで味がよくしみ込んでいるそうです。各家々の畑で採れた野菜を具にして作られ、お祝いの場には欠かせない料理となっているそうです。

いももち

- 米がとれず、さつまいもで代用していた佐渡の伝統食で、現在でもおやつとして定番のスイーツで、市内のスーパーでも売られているそうです。ひと昔前までとは違い、現在販売されてる「いももち」は、無農薬で栽培された“ベニアズマ”を使うなど、おいしさへこだわったものも多く、自然食材ながらの控えめの甘さが、毎日食べても飽きがこない味と、地元の人にも人気があるそうです。

のっぺい汁

- 新潟の郷土料理の代表格。お正月、お祭り、お盆、冠婚葬祭などによく食べられており、小口切りにした里芋、コンニャク、人参、レンコン、ギンナン、鮭、イクラ、シイタケやナメコなどを、薄い醤油味のダシで煮たものです。入れる食材や味付け、とろみの具合など各地域や家庭ごとによって作り方は異なり、その家庭に伝わる味があるそうです。
- わたしは今回これをつくりました。

材料

- 鶏もも肉
 - さやえんどう
 - だし汁
 - 片栗粉
 - しょうゆ
 - 酒
 - 塩
- 干し椎茸
 - こんにゃく
 - 酢
 - ごぼう
 - 大根
 - にんじん
 - 里芋

感想

- 結果は、少し薄味になってしまったけど上手くいって、新潟の郷土料理についてよく知れてよかったです。