

新潟の郷土料理

《のっぺい汁》



のっぺい汁ってなに？

「のっぺい汁」は新潟県から生み出された煮物で、新潟では一般的に「のっぺ」と呼ばれている。

里芋でとろみをつけますが、他地域の「のっぺい汁」は片栗粉でとろみをつけるものが多いです。その、とろみは地域によって少し違う。



のっぺい Q&A

★どんな時に食べるの？-----お正月の定番ですが、お盆やお祭りのときなど一年中食べられている。

★どこで食べられるの？-----家庭や専門のお店もある!!

★いつ作られたの？-----正確にはわからない。
汁物と煮物が混ざって出来たといわれている。

のっぺい汁の由来

「のっぺ」とよく似た料理に、里芋ではなく片栗粉でとろみがつけられた汁物料理「のっぺい汁」がありますが、のっぺい汁の由来は「餅」から来ているとされています。

のっぺい汁は漢字では「濃餅汁」と書く。

これは、汁につけられたとろみが餅がとけたもののように見えることからつけられた

新潟に伝わる由来は、汁にとろみがついた状態を表す「ぬっぺい」といわれている（方言）

【のっぺい汁の作り方】

1. 鶏もも肉、里芋、にんじん、れんこん、ごぼう、大根、こんにゃく、片栗粉、ダシ、みりん、酒、しょうゆ、水などの自分が入りたい具材を入れる。
2. 鶏肉、野菜などの材料を適当な大きさに切る



3. 鍋に水と調味料を加え、
材料を入れて柔らかくなるまで煮る

4. 最後に片栗粉を入れて
とろみをつけて完成！！

<食べてみての感想>

色々なおいしい具材がたくさん入っていたのでとても美味しかったです！

特に里芋が汁に染みっていてよかったです！



<感想>

新潟のことについても、のっぺ汁などの郷土料理についてもたくさんを知ることが出来てよかったです。

とてもおいしかったのでまた作ってみたいと思いました！

