

地場産物を使用した料理および献立事例

県内各地で採れる産物を使って、古くから伝えられている料理



滋賀の郷土料理 1 - No.

すき焼き煮



材料 1人分

牛肉	20 g
丁字麩	3 g
たまねぎ	30 g
干しいたけ	1 g
はくさい	20 g
焼き豆腐	20 g
葉ねぎ	10 g
にんじん	5 g
ゆでたけのこ	10 g
糸こんにゃく	20 g

作り方

玉ねぎは1 cm幅、葉ねぎは2 cm幅に切り、にんじんはせん切り、たけのこ、はくさいは短冊切り、焼き豆腐は1.5 cmの角切りにする。

丁字麩、干しいたけは、水でもどし絞る。

糸こんにゃくは2 ~ 3カ所切り、洗って下茹でする。

鍋に肉を入れて炒め、材料を入れて煮る。

調味料を入れて煮る。

栄養価

エネルギー	112 kcal
蛋白質	5.8 g
脂質	6.1 g

近江八幡市の丁字麩は全国でも珍しい四角い形が特徴です。この独特の形は、全国を行商して回っていた近江商人が、丸い麩は持ち運びが不便なため、角形にしたと言われています。

