

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.

打ち豆汁



材料	1人分
だいこん	80 g
打ち豆	10 g
にんじん	8 g
油あげ	6 g
みそ	9 g
煮干し	2 g

栄養価

エネルギー	100kcal
蛋白質	6.2 g
脂質	4.5 g

作り方

だいこんは皮をむき、厚さ1 cm位のいちょう切りにする。

にんじんは皮をむき、薄いいちょう切りにする。

油あげは半分に切り、細切りにする。

煮干しでだしをとる。

にだいこん、にんじん、打ち豆を入れてやわらかく煮る。

油あげを入れ煮る。

みそで味をつけ、ひと煮立ちさせる。

打ち豆は、大豆を一晩水に漬け、一つずつ叩いて平たくした豆です。
湖北地方で古くから伝わる調理で、冬の作業の合間に作りました。
これをみそ汁の具として食べていました。

