



“ ぜんこくきょうどりょうり だい かいめ きんきちほう ”
全国郷土料理デー 第3回目 近畿地方

<今日のこんだて>

- 茶飯 (奈良)
- 魚の西京 焼き (京都)
- 高野豆腐の煮物 (和歌山)
- 船場汁 (大阪)
- 阿騎野の葛もち (奈良)



～『茶飯』のお話～

★茶飯とは、お米に大豆や小豆、粟や粟など保存の利く穀物を入れて、塩やしょうゆで味付けしたほうじ茶や、煎茶で炊いた料理のことです。栄養バランスに優れており、江戸時代の川崎宿にあった「万年屋」というお茶屋さんで大変人気だったメニューだそうです（＾＾）
もともとは、奈良県にある東大寺や興福寺などといったお寺で貴重な茶を用いて作られていた料理なんだって！それが、江戸や川崎に伝えられて、一般の人にも食べられるようになりました。

◇ちょっと豆知識！◇

ブームのきっかけとなったのは、十返舎一九の『東海道中膝栗毛』に紹介されたことなんだそうですよ！！

『西京 漬け』



・魚の切り身を京 白みそ(西京 みそ)で漬け込んだ伝統料理。海から遠い京都で、魚をよりおいしく食すために、職人の工夫に工夫を重ねて生まれた料理です。

本場京都の西京 漬けは、魚を48～72時間もじっくり漬け込む「本漬け」という製法で作られるそうです。いつか京都に行った時には食べてみてくださいね～(>v<)♪

『高野豆腐の煮物』



・和歌山県にある高野山で偶然生まれた食べ物。その名の通り、冬に豆腐を外に放置してしまったところ、凍って、

水分が抜けた乾物になったそうです。精進料理として各地に広まりました。現在は、高野山近辺では作られておらず、長野県が日本で一番の生産地です。

『船場汁』

・大阪の商人の町、船場で生まれた料理。塩さばの残りのアラでだしをとります。「もったいない」の心から生まれたアイデア料理です♪

『阿騎野の葛もち』

・原料の葛粉は奈良県吉野地方が最高級とされています。「阿騎野」はこの大宇陀町の古い呼び名です。