

郷土汁シリーズ No.46

静岡県「とろろ汁」


静岡県のとろろ汁は、自然薯(じねんじょ)をすりおろし、味噌を溶いた出し汁に流しいれた汁です。自然薯はすりおろして食べると粘りと甘い味わいがあり、すりおろしたものを火に通すと香りが強くなる特徴があります。

麦ごはんにかけて食べるとろろ汁の歴史は古く、歌川広重が描いた「東海道五拾三次」という浮世絵の作品にもとろろ汁を楽しむ姿が描かれています。

今回は、手に入りやすい長いもを使用し、だし汁が多めの汁物にしました。



荏原病院では、毎月1回、各地の郷土汁を提供し、レシピの紹介を行っています。ぜひご活用ください。

郷土汁シリーズを実施した都道府県にを表示しています。ご意見・ご感想をお寄せください。



45/47 都道府県

あと2県

「とろろ汁」レシピ紹介



【材料】(2人分)

- 長いも 60 g
- 系みつば 6 g
- 味噌 16 g
- だし汁 300ml

【切り方】

- すりおろし
- 2 cm程度

【作り方】

- ① 長いもは皮を剥いて水にさらし、水気をふいてすりおろす。
- ② だし汁を煮立て、味噌を溶き入れる。
- ③ ②に①の長いもを流し入れる。
- ④ ③を器に盛り、2 cm程度に切ったみつばを入れて出来上がり。

