

郷土汁シリーズ No.25

島根県「肉汁」

島根県おおなんちょう邑南町に伝わる郷土汁です。

江戸時代より邑南町いすはの出羽地区では家畜産業が盛んで、出羽牛馬市で栄えていたそうです。

出羽牛馬市は鳥取の大山牛馬市、広島の杭牛馬市と共に中国地方の三大牛馬市と呼ばれていました。

「肉汁」は牛馬の仲買人たちが泊まった宿で供されていたそうです。肉と食感の似たこんにやくを加えることで、肉が少なくても満足できるように考えられたそうです。

肉と野菜のうま味が感じられる、荏原病院の「肉汁」をご賞味ください。

※お食事の種類によって
材料が異なります。

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。このメッセージはお持ち帰りになって、ご利用ください。

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。



「肉汁」レシピ紹介



【材料】(2人分)

- | | | |
|--------|-------|------------|
| ・牛肉 | 40g | 3cm 幅 |
| ・こんにやく | 60g | 5mm 短冊切 |
| ・じゃが芋 | 60g | 7mm 厚いちょう切 |
| ・長ねぎ | 30g | 5mm 厚 小口切 |
| ・万能ねぎ | 6g | 小口切り |
| ・しょうゆ | 10g | |
| ・砂糖 | 1g | |
| ・酒 | 6g | |
| ・塩 | 少々 | |
| ・だし汁 | 260ml | |

【切り方】

【作り方】

- ①こんにやくを下茹でしておく
- ②だし汁に牛肉を加えて、アクを取りながら軟らかくなるまで煮る
- ③こんにやく、じゃが芋、長ねぎを加えて、軟らかくなるまで煮る
- ④酒、砂糖、しょうゆを加えて、塩で味を調える
- ⑤器に盛り付け、万能ねぎをのせる