

郷土汁シリーズ No.39

山口県「大平汁」

「大平（おおひら）汁」は、山口県東部の郷土料理です。



「大平汁」は、お祝いの席などで食べられる料理で、大きな平たい蓋付きのお椀に盛ることから「大平」（おおひら）と呼ばれるようになったと言われています。直径 40cm程の平たい大きなお椀に入れて食事の場に出し、その後一人ひとりのお椀に取り分けていくのが昔からの習わしとされています。

最東部に位置する岩国市では、「大平汁」と、「岩国寿司」、酢漬けの「岩国レンコン」の3品がお祝いに欠かせない料理として有名で、具たくさんで煮物のような汁として親しまれています。



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。お持ち帰りになって、ご活用ください。

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



39/47 都道府県
あと8県

「大平汁」レシピ紹介



【材料】（2人分）

- 鶏こま肉 40g
- 里芋 60g
- ごぼう 20g
- 人参 20g
- 高野豆腐 4g
- 油揚げ 4g
- サラダ油 1g
- みりん 4g
- しょうゆ 8g
- 塩 0.6g
- だし汁 280ml

【切り方】

- 乱切り
- 1cm角
- 短冊切り

【作り方】

- ① 高野豆腐はお湯で戻し、水気をしっかり絞る。
- ② 具材を切り、切ったごぼうは水にさらしておく。
- ③ サラダ油で具材を炒める。
- ④ だし汁で火が通るまで煮る。
- ⑤ 調味料を加え、味をととのえたら出来上がり。