

郷土汁シリーズ No.48

愛媛県「石花汁」

「石花汁（せっかじる）」は、今治市宮窪町^{みやくぼちょう}の郷土料理です。

宮窪町は「大島石」が採れることで有名です。国会議事堂や日本銀行本店などにも使われています。大島石は高い山にあり、機械がない時代は、人の力だけで大きな石を切り出して運んでいました。山の上で作業をするので冬は凍えてしまいます。そこで冷えた体を温め、一日の疲れをとるために作っていたのが石花汁です。瀬戸内海の魚と人参、里芋などの野菜を入れた味噌汁の中に、熱くした大島石を入れてぐつぐつと沸かし、冷めないようにしていたそうです。その様子が、花が咲いているように見えることから、石花汁と呼ばれるようになったと言われています。

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。

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。



「石花汁」レシピ紹介



【材料】（2人分）

・真鯛	40 g
・酒	2 g
・切り干し大根	2 g
・人参	14 g
・ごぼう	6 g
・里芋	40 g
・油揚げ	4 g
・万能ねぎ	6 g
・味噌	20 g
・砂糖	1 g
・出し汁	280 ml

【切り方】

一口大
3 cm程度
いちょう
ささがき
いちょう
短冊
小口

【作り方】

- ① 食材はそれぞれ上記の切り方で切っておく。
- ② 切り干し大根は水に戻して3 cm程度のざく切りにする。
- ③ 鍋に出し汁、②と野菜を入れて煮る。
- ④ 野菜に火が通ったら、真鯛を入れてひと沸かしし、油揚げ、調味料を加えて味を整える。
- ⑤ 仕上げに葱を入れて出来上がり。

