

7月の食育の日の献立 「兵庫県の郷土料理」 ばち汁

今月は、兵庫県の郷土料理を「ばち汁」を紹介します。

「ばち汁」は兵庫県播州地方の郷土料理です。

「ばち汁」の『ばち』は、そうめんの両端を切り落とした部分のことです。

その形が三味線を弾くのに使うばちに似ていたことから、この名前がついたと言われています。

『ばち』の部分は そうめんよりコシが強く、ねばりがあります。

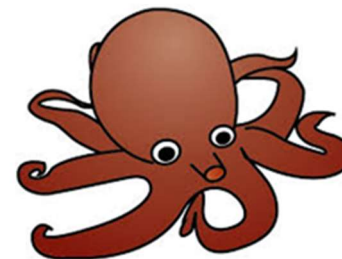
その『ばち』をすまし汁に入れたのが「ばち汁」です。

また、兵庫県の明石市では郷土料理として、たこ飯が食べられてきました。兵庫県はタコの水揚げ量が北海道に次いで全国第2位となっており、その約3分の1を明石市が占めています。「明石のタコは立って歩く」と言われるほど足が太く短く、歯ごたえがよいと言われています。

兵庫県の郷土料理を味わってください。



令和3年7月15日(木)実施





材 料	4 人分量 (g)	作り方
【ばち汁】		
たまねぎ	65	① 玉葱はスライス、にんじんはせん切り、干しいたけは戻してせん切り、葉ねぎは小口切りにする。
にんじん	40	
干しいたけ	2.5	② 削り節、水でだし汁をとる。
ばち	20	③ ばちは、ゆでる。
葉ねぎ	12	④ ②ににんじん、たまねぎを加えて煮る。
醤油	20	⑤ ④に干しいたけ、ばちを加え、味をととのえる。
塩	少々	⑥ 仕上げに、葉ねぎを入れる。
削り節	10	
水	適量	

