

6月 埼玉県の郷土料理 【黄金飯(こがねめし)】

今月は、地元の埼玉県の郷土料理です。

秩父に伝わる黄金飯を紹介します。

黄金飯とは、あわ、ひえ、きびが入ったご飯のことで、旅の途中に秩父に立ち寄った殿様がそれを見て、『黄金色に輝くご飯だ』と言ったことからその名がついたと言われています。

現在では、お祭りごとやお祝いの時などのお膳に使われるようになっています。

埼玉県の郷土料理をぜひ、味わってください。



令和4年5月20日(金)実施

材料	4人分分量 (g)	作り方
【黄金飯(こがねめし)】		
米	260	① 米は洗米・浸水して、ザルにあげて水気を切る。 ② あわ・きび・ひえは水洗いしザルにあげて水気を切る。 ③ ①・②を合わせ、規定の水を加えて炊飯する。
あわ	12	
きび	8	
ひえ	4	

