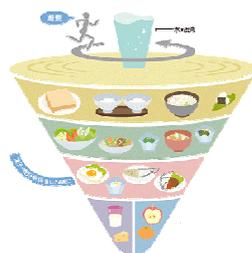


野洲の伝統料理講習会

2013. 1. 18
VOL. 1



滋賀短期大学名誉教授の小島先生より、伝統料理の概要とレシピなどについて説明をいただきました。



男性の参加者も、頑張って取り組んでいただきました！



班に分かれて調理を開始。知らないもの同士が和気あいあい。てきぱき調理が進んでいきます。

おちゅわんくん

本日の伝統料理でした。



〈参考〉野菜の乾燥（干しずいき・切干し大根）の目的・効用

- ① 長く保存することができる。
- ② 食物繊維が多く摂取できる。
- ③ 甘味が増す。
- ④ 風味が付与される。

野洲の伝統料理講習会

2013. 1. 18
VOL. 2



メニュー一覧です。
野洲のすばらしい食
材で調理しています!!



子あゆのピーナッツからめ
子あゆをからっと揚げ、ピー
ナッツと青のりをからめた、
ピーナッツがこおぼしい一品



干しずいきの白和え
干しずいきを煮て、水を切っ
た豆腐に、にんじんとほうれ
ん草を加えた白和え



切干し大根の味噌汁
切り干し大根と小いもと油
あげを具にした、切り干し
大根の味噌汁



里芋のいとこ煮
里芋とあずきの煮もの
〈参考〉いとこ煮とは、堅いものか
ら順に煮ていく料理で、「追い追い
煮る」の意味から、「追い追い」と
「甥甥」を掛けて、「いとこ」とい
う意味



みんなで美味しくいただきました。
ご馳走様でした!!