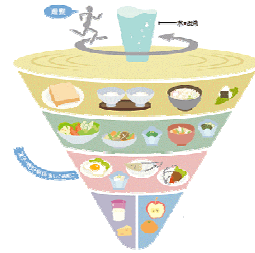


# 野洲の伝統料理講習会

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。

おちっわんくん

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



**切り干し大根の味噌汁**  
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!!