

郷土汁シリーズ No.33


高知県「どろめ汁」

高知県では、生のイワシシラス(カタクチイワシの稚魚)のことを「どろめ」と呼びます。イワシシラスが「海で泥の中から目だけを出している」ことや、「時化後の濁った海で多く漁獲され、魚体は透明で見えにくいが目だけが確認できる」ことが由来といわれています。

毎年4月に、高知県の赤岡町の浜辺で「どろめ祭り」が開催されます。地引き網でとれたての「どろめ」を肴に「大杯飲み干し大会」を行い「飲み干す時間」「飲みっぷり」を競います。「これこそ土佐人」のイメージを全国に広めた豪快でユニークな祭りです。

本日は「どろめ祭り」でも提供される「どろめ汁」をご用意しました。どうぞお召し上がりください。

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。どうぞ、ご活用ください。

郷土汁シリーズを実施した都道府県にを表示しています。ご意見・ご感想をお寄せください。



33/47 都道府県
あと14県

「どろめ汁」レシピ紹介



【材料】(2人分)

- ・絹ごし豆腐 60g
- ・乾燥わかめ 1g
- ・しらす 10g
- ・味噌 16g
- ・だし汁 260ml

【切り方】

さいの目

【作り方】

- ① しらすはさっと湯通ししてざるにあける。
- ② 乾燥わかめは水で戻し水気をきっておく。
- ③ だし汁を沸かし、豆腐、わかめを入れ、ひと煮たちしたら味噌を溶き入れ、①のしらすを入れて出来上がり。

令和2年2月7日(金) 夕食
荏原病院 栄養科