

みそ便り

「一汁三菜」

世界無形文化遺産？

日本の食文化を「世界の無形文化遺産」に登録へ向けた活動

をご存知で～ようう。

和食に欠かせない味噌や醤油を商ひ、とて

「ま私のところは大変注目すべきコースでした。

「和食」と云つてもはく然、とてありますか。

この検討会では昭和二十一年～三十一年の一概の

家庭で身近に日頃食つてた「一汁三菜」

を保護の対象としたものだそうです。まさに

私が生まれ育った時代です。栄養面やメニュー

が現代と比べると「豊かな食」とは言ひ難いもの

ですが、家族全員で小さな飯台を囲んで

思ひ出があります。望むほ世界の料理が

(カレー・パスタ・スパゲッティ...)毎日食卓に

あがつて伝統的な日本食が消えようとして

ています。



今秋には登録の可否
が決まるのだとさうです。
後世に継承すべき食文化
を見つめ直すきっかけと

して微力ながらこの絵面でほんの少しでも
役に立てればと自信一つづけないと思ひます。

えとせとろ - おき屋かりんのひとり言 -

山の上に白さを残すに、
すい臍山温湯にやすすを感じ
られるようになった頃、柏崎
に冬の間せでてきた白鳥達は独立
した時季ふかえます。まるでだん
たら、群山で飛び立つても
いい時期なのですが、先日井
かけた一羽の白鳥はちょっと様子
が違つてました。群れからはじ
れたのか、仲間の姿はなくただ
あちらこちら飛び回つてます...
でも、もしやしたら、こちらの心配は
よしに、自由過ぎる樂(らう)ゆも(笑)

越後 みそ西 西本町店

〒945-0966 柏崎市西本町1丁目3番21号

TEL/FAX 0257-21-0039

<http://www.echigomiso.net>



37号

道根のいとこ煮 (柏崎の郷土料理)

材料

- ① 道根 ... 300g
- ② 砂糖 ... 小
- ③ 塩 ... 小
- ④ 酒 ... 大
- ⑤ あづき ... 130g
- ⑥ 砂糖 ... 50g
- ⑦ 塩 ... 小

作り方

- 1) あづきは水に30分ほど水で強火で沸騰したら水でこぼす。もう一度同じ水を繰り返す。
- 2) ふたたび水を入れて煮沸したら中火でやわらかく煮る。
- 3) やわらかくなったら⑦と好みの甘さに好みに⑥を入れる。
- 4) せんじんの皮をひき(5mm×6mm位の厚みに半円形に)手切りにしてあくを抜く。
- 5) せんじんの量をひいた位の木に入れてしばらく煮る。
- ②③④を出し好みのがたさに煮る。
- 6) あづきの中にせんじんを入れて味がはじまるまで弱火で煮てからめる。



名前の由来 あづき、豆豉、大根、芋、せんじんの様な
堅いものが川煮に煮ていく料理で「追い追、煮てから
鍋々(おいらい)掛け」酒落がいいに煮じらざら。