

伝えて
いきたい!

滋賀の伝統食材

第1回 赤こんにやく

赤い色にびっくり! 滋賀の伝統食材「赤こんにやく」

滋賀県の湖東地域、特に近江八幡市では、こんにやくと言えば「赤こんにやく」。こんにやく芋の精粉に「三二酸化鉄」を混ぜ、ゆで上げた真っ赤な色が特徴です。この赤い色は、派手好きな織田信長が作らせたという言い伝えや、地域の祭り「左義長まつり」の山車に飾る赤紙からヒントを得た近江商人の考案…など諸説があります。プリプリとした独特の食感で、食物繊維やカルシウムも豊富に含む「赤こんにやく」は、昔ながらのシンプルなピリ辛の煮付けがおすすめです。

開発
しました
県内・産直商品委員会



ゆでる 煮る

888 冷蔵 小堀商店

赤こんにやく
(はちまん太郎こんにやく)

320g

こんにやく精粉(国産)に三二酸化鉄を配合した独特の食感のこんにやくです。

(5kcal/100g) 賞味期間:60日

本体 198円
(税込 214円)

作って
みて!

赤こんにやくの煮付け

材料

(4人分)

888 赤こんにやく ……1枚(320g)
だし汁 ……1+1/2カップ
だし昆布(10cm角) ……1枚
七味唐辛子 ……好みで少々

A 砂糖 ……大さじ2
醤油 ……大さじ3
みりん ……大さじ1

作り方

- 1 こんにやくは塩少々(分量外)を揉みこみ、水で洗い流して食べやすい大きさに切る。鍋に水と一緒に入れ、下ゆでする。
- 2 別鍋に昆布を敷き、①を入れてひたひたのだし汁を注いでしばらく煮る。Aを加えて落とし蓋をし、煮汁がほとんどなくなるまで煮含める。火を止める前にお好みで七味唐辛子をふる。

