

試してみて!

# 滋賀の伝統食材

第15回

ふな 鮒ずし茶漬け

## 湖国の伝統料理「鮒ずし」のお茶漬けはいかが?

鮒ずしの元になった「なれずし」は、中国・東南アジア方面から弥生時代、稲作と同時期に日本に伝わったといわれています。湖国の地に根付いた鮒ずしは、各家庭で漬けられるようになり、地域の伝統食となりました。



983 冷蔵 鳥塚

ふな 鮒ずし (Sサイズ・スライス) 130g

琵琶湖の子持ちニゴロブナを近江米と塩のみで約5カ月漬け込みました。

賞味期間:14日

本体 1,780円 (税込 1,922円)

作ってみて!

独特の風味がくせになる鮒ずし。そのままでも、お茶漬けでも!

### 【材料】

(2人分)

- 983 鮒ずし(スライス) …………… 10切程度
- 温かいご飯 …………… 茶碗に軽く2杯
- 熱い煎茶(または番茶) …………… 400ml
- 747 白だし … 小さじ1程度(または塩ごく少々)
- 香味金すりごま …………… 大さじ1

お好みで

- 188 産直 滋賀県産青ねぎ(小口切) …… 少々
- とろろ昆布・わさび・煎りごまなど …… 各少々

### 【作り方】

- 茶碗に温かいご飯を少し入れ、上に鮒ずしを2切、さらにご飯を盛って2～3切のせる。
- 熱く淹れたお茶に白だし(または塩)を加えて薄めのお吸い物くらいに調整し、①の上から注ぐ。皿などで蓋をし、少し蒸らしてからいただく。

お好みで青ねぎ、とろろ昆布、わさび、煎りごまなどを添えると、さらにおいしいいただけます。

