

第8章

三重の郷土料理

- 正月料理
- 主食系
- 主菜系
- 副菜系
- 和え物系
- 汁物系
- 漬け物系
- 菓子・餅系

正月料理



正月料理
→P185



栗きんとん
→P185



煮豆
→P186



黒豆
→P185



昆布巻き
→P185



柿なます
→P186



雑煮
→P187

主食系



あらめの混ぜご飯
→P187



いも飯
→P188



うな重(うな丼)
→P188



おこわ(赤飯)
→P188



貝飯(あさり御飯)
→P189



このしろご飯
→P190



このしろ



さぶらぎごはん・ふき俵
→P190 →P194



さんま飯(かだ飯)
→P191



大根の干し菜飯
→P192



たい飯
→P191



たけのこごはん
→P191



蛸めし
→P192



茶がゆ
→P193



とりめし
→P192



ひえご飯
→P193



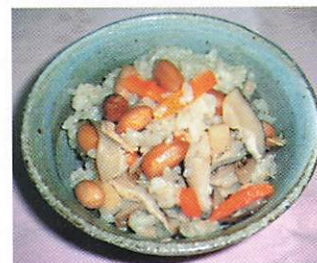
ひじき飯
→P193



ぶりごはん
→P194



ほらぞうすい
→P194



落花生ご飯
→P195



あじの姿ずし
→P196

かますの姿ずし



いわしずし(いわしの姿ずし)
→P196



押しずし・こけらずし
→P197

玉子巻きずし



お盆のすし 精進ちらしずし
→P196



かき混ぜずし
→P199



昆布巻きずし
→P200



あげずし



漬物ずし



このしろなれずし



たいなれずし(上)
あじなれずし(下)

伊勢あゆなれずし
塩漬け(下)と漬け込み(上)



なれずし
→P202

左から、さば、あゆ、
さんまのなれずし。



さんまずし(さいれのすし)
→P200



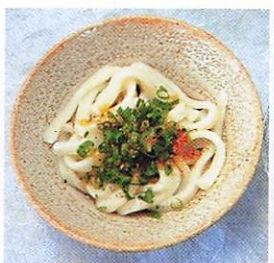
手こねずし
→P202



祭りずし
→P206



めはりずし(各種サイズ)
→P206



伊勢うどん
→P207

主 菜 系



あじのたたき(なめろう)
→ P208

骨せんべい



あゆの甘露煮
→ P208



いさきのミンチ
→ P208



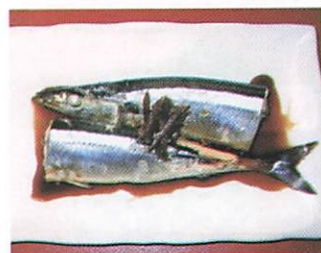
伊勢海老のうに焼き
→ P209



かつおのたたき(なめろう)
→ P210



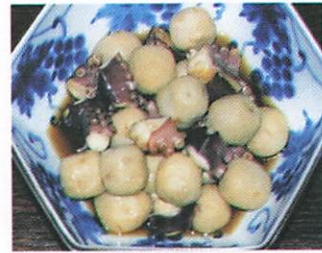
こいの筒煮
→ P209



さんまの煮付け
→ P210



魚のじふ
→ P211



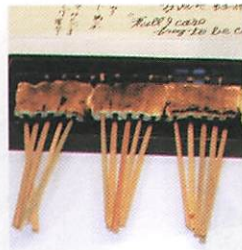
蛸と里いもの焚き合わせ
→ P210



とうひゃくの干物



トイモと豚肉の炒め物
→ P212



豆腐でんがく
→ P212



へその塩焼き
→ P213



あいの干物



ぼたん鍋(いのしし鍋)・僧兵鍋
→ P213



ほらの刺身 酢味噌添え
→ P214



煮魚(にうお)
→ P212

副 菜 系



味付けわかめ(とんがらしわかめ)
→ P215



あじとトイモの酢の物
→ P215



あゆ炊き
→ P215



あらめ巻き
→ P216



くきの酢煎り(ずいきの酢の物)
→ P217



こうなごのくぎ煮
→ P217



さつまいもの茎の油炒め
→ P218



さめの皮の煮ごり(こごり)
→ P218



しいたけの酒粕漬け
→ P219



しいたけの煮なます
→ P219



しいたけのわさび和え
→ P219



茄子と揚げの煮物
→ P220



煮味噌
→ P220



ひじきの煮付け
→ P220



のっぺ
→ P221



まんぼうの干物・まんぼうの焼物
→ P222



山の神大根
→ P221



落花生豆腐
→ P222



落花生の煮豆
→ P222

和え物系



ガラガラおろしとガラガラおろし器
→ P223



小あじときゅうりの酢びたし
→ P223



坂本なます
→ P224



しゃこの酢味噌がけ
→ P224



そうめんぬた
→ P224



大根なます
→ P225



トイモの酢もみ
→ P225



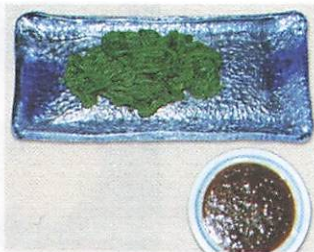
にあいなます・あいませ
→ P226



バリバリなます用おろし器
→ P227



まんぼうの酢味噌和え
→P227



みるの酢みそ
→P226



めかぶのとろろ
→P227

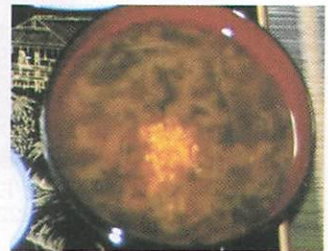
汁物系



あおさとかき[牡蠣]の吸い物
→P228



あずきの味噌汁
→P229



いとこ汁
→P228



さぼる汁
→P229



きゅうりの冷や汁
→P230



呉汁
→P229



盆汁(味噌汁立て)
→P230



麴味噌汁
→P231



トイモとそうめんの味噌汁
→P230

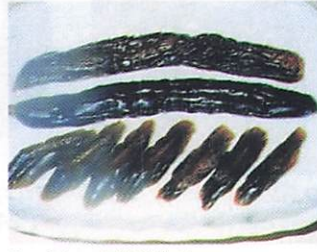


七種汁
→P231

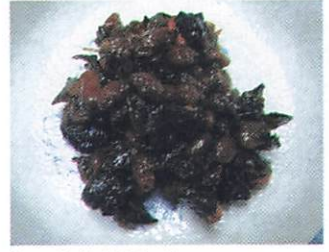
漬け物系



ちょっと甘めの梅漬け
→P233



きゅうりの酒粕漬け
→P233



さいみそ(醤油豆)
→P234



しま瓜の粕漬け(左)
→P235



豆味噌
→P236



わさびの葉と茎の醤油漬け

わさびの漬け物
→P237



わさびの葉のおにぎり



わさびの花の醤油漬けとわさび醤油

菓子・餅系



甘夏かん
→P238



いのこもち
→P238



いもかりんとう
→P239



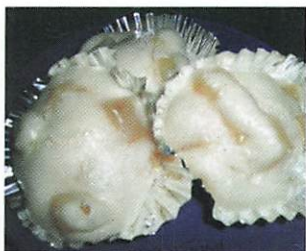
芋もち
→P239



えごもち
→P239



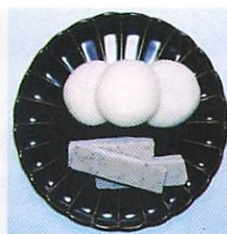
おさすり
→P240



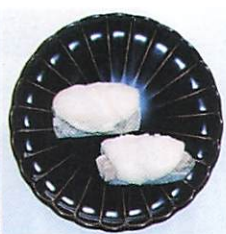
鬼まんじゅう
→ P241



げんこつあめ
→ P241

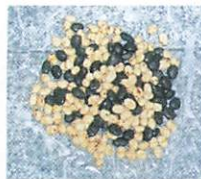


焼く前



焼いてはさんだもの

塩もち
→ P242



節分豆
→ P242



節分の門飾り



竹ようかん
→ P243



ちまき
→ P244

兜(上)
見立て(下)



とち餅
→ P245

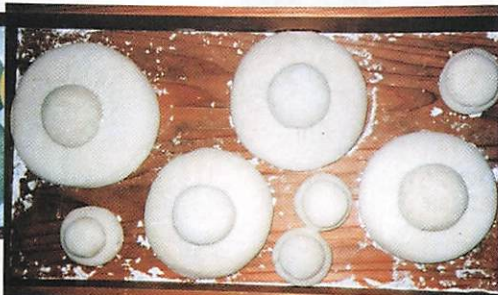


なべ餅(ないしょ餅)
→ P245



いも餅(左) よもぎ餅(右)

東紀州の餅
→ P246



正月の供え餅



へんば焼き
→ P247