加賀れんこんの団子汁

(4人分の材料)

加賀れんこん………300 g **片栗粉** …… 大さじ 2 **味噌**……大さじ 1 と 1/2 **煮干しのだし汁** …… 700 cc **ねぎ** …… 40 g

(作り方)

- ①蓮根をおろし金ですりおろし、 布巾を使って固く水気を絞り ます。
- ②①の絞り汁を鍋に入れ、木 じゃくしで回しながら中火で 煮詰め、とろみがついたら粗 熱をとります。
- ③①に片栗粉を加え混ぜ、②に加えてひと口大の団子に丸めます。
- ④だし汁を煮立てて、③の団子 をひとつずつ入れていきます。
- ⑤団子が浮き上がったら味噌を 入れて、ねぎの小□切りをは なします。

煮干し………6尾

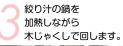
- (頭と腹を取り、2つに折ります。)
- ①水に煮干しを入れてしばらく おきます。
- ②火にかけて沸騰してきたら3 ~4分煮立てて取り出します。鍋の蓋はしません。カスが残ればこします。

蓮根を すりおろします。











蓮根のすりおろしと とろみがついた絞り汁と 片栗粉を合わせます。



蓮根の団子を 作ります。



だし汁に蓮根団子を ひとつずつ 落とし入れます。



主な材料





料理のいわれ・使われている食材

小坂地区では、古くから「地ばす」という品種の蓮根が栽培されていて、食用として本格的に栽培が始まったのは明治時代以降、さらに現在の「支那白蓮(しなしろはす)」という品種になったのは昭和 40 年代からです。昔は格式ある人のみに食されていました。

土地によっては、蓮根はお正月の食材としてのみ使われていたところもありますが、 金沢では質の良い蓮根が採れたことから秋の蓮根の収穫が始まると日常のおそうざい として食卓に並びました。

太くて肉厚ででんぷん質が多く、粘りが強いため、加熱するとつなぎの粉を使わなくてもふんわりと固まるので、すりおろして料理に使われることが多いようです。また酢蓮根にすればサクサクした歯ぎれの良さが味わえます。

加賀れんこんの団子は、しぼり汁を煮詰めてつなぎに用いる方法のほか、片栗粉や 小麦粉、白玉粉を加えて作る方法もあります。団子を汁に落とすときは、火力を弱め て入れると崩れにくくなります。また、蓮根を団子にしないすり流しの蓮根汁も作られます。新蓮根は固まりにくいので注意が必要です。

ごまみそ和え、煮もの、きんぴら、てんぷらなども美味しくいただけます。