

今月のテーマは・・・

「青森県の知りたい郷土料理・青森県の教えたい郷土料理」

青森県は、三方を海に囲まれ、八甲田山を境に東西で環境条件が大きく変ることなどを背景に各地域で異なる食文化が形成されました。

また、戦後に生まれた新たな食（しょうが味噌おでん、バラ焼きなど）や、もともとあった料理が別の料理になった（くじら餅から、べこ餅を考案した）という例も青森県にはあります。それらの食も、その地域の故郷の味や観光資源になっているものもあります。また、これは郷土の味なのではないのだろうかという投稿もありましたので掲載いたします。

今回は以前から、おたよりで郷土料理のリクエストが寄せられていたことから「青森県の知りたい郷土料理・青森県の教えたい郷土料理」テーマに募集しました。

今回、掲載している投稿以外にも、知りたい郷土料理のリクエストがありましたので、今後、地域の協力などを得ながらレシピコーナーで紹介したいと思います。

今月号はまだまだ寒さが続く時期にぴったりの「しょうが味噌おでん」をレシピコーナーで紹介しています。



知りたい郷土料理

豆しとき。下北では一部地域で作っているようですがレシピを知りたいです。一部スーパーで売っている南部の品はちよつと甘いので苦手。

むつ市 Y・Kさん

私は津軽出身だけど主人は南部出身。南部の郷土料理ほとんどわからないので（せんべい汁はわかりますが）教えてもらえたらいいですね。

青森市 M・Kさん

祖母が冬に良く作ってくれた「けの汁」です。とにかく具沢山で野菜たっぷり、朝から栄養満点で美味しかった記憶があります。しばらく食べていないので母に作り方を教えてもらおうかなと思います。

八戸市 Y・Kさん

先日、青森の「後藤焼きそば」に行ってみました。メニューに焼きそばしかないことにまず驚き！そしてボリュームに驚き！そして安さに驚きました。ソース焼きそばばかり食べてきた私にとつてその味もまた驚きました。おいしくてクセになりそう：もしレシピや青森の焼きそばを自宅で作れる市販の焼きそばがあったら教えて欲しいです。

三沢市 M・Sさん

教えたい郷土料理

下北地方の八杯汁。美味しくて8パイも食べられるということからついた名前。煮干し、こんぶでとっただし汁に、しいたけととうふを入れてしょうゆで味をととのえ、最後にかたくりでとろ味をつけます。わがやではそれにおろししょうがをプラス。あたたまりますよ！

むつ市 M・Aさん

「こいり」タラコで作るこいりです。大根、人参の細切りを鍋に入れ、水（今はめんつゆだけの味付けですが）生のタラコを皮からはずし、大根人参が柔らかくなった頃めんつゆで味つけします。糸コンニャク入れる時もあります。

すき昆布です。大鍋で作ってました。三陸産のすきこんぶ、水、酒、みりん、しょう油、和風だし（めんつゆでも）やはり人参、戻した干しいたけ（戻し汁も使います）糸コン、油揚げ、細切りにし、クタクタ煮ます。

・さつまいもの煮たの。輪切りにしたさつまいもを水、さとう（少々）で煮ます。柔らかくなったらしょう油少々、後は片栗粉（水溶き）であんを作り仕上げます。

八戸市 まさ奴どすえーさん

八戸地方の年取り料理『くじら汁』です。自己流で、母が作っていたのを見よう見まねで作っています。

材料 塩くじら（皮を付けたまま短冊切り）大根（短冊切りもしくはイチヨウ切り）人参（大根と同じく）木綿豆腐（手で軽く握りつぶすように）
クジラから出る脂と旨味が温まる一品です。（広報から追記・味つけは味噌のようです。）

八戸市 Y・Oさん



はばたき宛て
メールフォーム
こちらからも
投稿できます。

4月号のテーマは

「お気に入りの Coop 商品」
です。

4月号のテーマは、「お気に入りの Coop 商品」です。皆さんのお気に入りの Coop 商品とその理由や使い方について募集します。

氏名（よみがな）・組合員番号・掲載時のお名前を明記の上、ご応募ください。〆切は2月22日（消印有効）です。ご投稿お待ちしております。

※今回の「組合員の交流コーナー」は、皆さんからの投稿「はばたき」レポートターさんのご協力で、紙面を作成しています。ご協力ありがとうございます。

宛先 おハガキの場合、〒038-0012 青森市柳川二丁目4-22 コープあおもり本部 広報担当宛て Eメールの場合は、habatakicoop@aomori.comまでお寄せください。パズルの応募と一緒に投稿もお待ちしておりますので、よろしく願います。