



vol. 2

2017年10月

無料隔月発行

小江戸・栃木市の新グルメ  
「とちぎ江戸料理」  
広報紙

町の中に隠れている  
小江戸を見つけよう

めっけ!



小江戸とちぎ

# 新「名飯部類」

これさえあれば何杯でも。

絶品!

ご飯のお供









材料 4人分

- 鶏ひき肉 ..... 120g
- ごぼう ..... 60g
- 人参 ..... 80g
- 干し椎茸 ..... 2枚
- 味噌 ..... 80g
- 水 ..... 1000ml
- 酒 ..... 25ml
- 三つ葉 ..... 適宜

作り方

【下準備】ごぼうは、5cmの千切りにし、水につけてアクを取っておく。人参は3~4cmの千切りにする。干し椎茸は水で戻して千切りにする。戻し汁は取っておく。

- ① 鶏ひき肉に味噌の半量を加えてもみ込む。
- ② 水と椎茸の戻し汁、ごぼう、椎茸、人参を加えて火にかけ、沸騰したところで①をばらしながら加える。
- ③ アクを取って日本酒を加え、味をみながら残りの味噌を足して調整する。
- ④ 器に盛り、三つ葉を飾って出来上がり。

先生：熊倉さなえさん

旭町にあるお惣菜店かねふくストアの奥さん。ウイングとちぎ「現代の家庭料理と江戸料理」講師として、明るく楽しく江戸料理の美味しさを伝えている。

Tasty Miso soup



新米のおいしい季節です。そこで今回は、具材たっぷりの味噌仕立ての汁物を紹介します。濃漿は、臭みの強い魚肉類に用いられた料理で、鯉こくはこの一種。江戸時代までは盛んに作られていました。一見すると味噌汁ですが、手順は異なり、最初に味噌を鶏肉に揉みこみ野菜と合わせて煮込みます。下ごしらえの際、野菜の千切りをできるだけ細く揃えておくのが、美味しく作るポイントです。滋味深く上品な味わいで、美味しさが身体に心に染み渡ります。この秋、お勧めの一品です。

「鯉こく」と同様の仕立て方  
滋味深く、上品な汁物

天明5年刊「万宝料理秘密箱」より  
鳥の濃漿 とりのこくしょう

仕上げに胡椒を振ってみて。香りと辛味がアクセントに。

さなえ料理帖

Sanae's Cooking

江戸の料理をおうちで再現!



江戸の虫聞きの名所は、道灌山(西日暮里)だった。小高い丘の上では、3人の男性が酒を酌み交わしている。 広重「東都名所 道灌山虫聞之図」(国立国会図書館蔵)

江戸時代の秋の風物詩 虫聴を楽しもう

虫の声を愛でる習慣は、平安時代の貴族から始まり、江戸時代には、庶民の間で郊外に出かけて虫の声を楽しむ「虫聴」という娯楽が広がりまりました。当時は、花見や祭りなどと同等の楽しみの一つでした。秋が深まるにつれ、栃木市でも連日虫たちのコンサートが開かれています。家族や仲間と「虫聴」に出かけてみてはいかがでしょうか。



柚餅子は現在、国内でも限られた地域にしか残っており、文献や資料をもとに研究し完成させた出流柚餅子は、新たな市の名物に育ちつつある。



「申込み・問合せ」  
出流山満願寺参拝と出流柚餅子作り体験会(※要予約)  
栃木市教育委員会事務局  
生涯学習部公民館課栃木公民館係  
☎0282-240352  
※定員に達し次第、募集を締め切らせていただきます。

栃木市で やってみよう!

その2

日本の伝統保存食 柚餅子を作る

「出流柚餅子作り体験会」

12月8日(金)開催

柚餅子とは、身をくりぬいた柚子の中に味噌や生姜、ゴマなどを混ぜて詰め、蒸して乾燥させたもの。江戸初期の料理書「料理物語」に製法が記されており、酒肴やご飯の菜として長く食べつなげてきた、わが国伝統の保存食です。出流観光会では、とちぎ江戸料理のスタートを機に柚餅子作りにも挑戦し、今年1月には完成披露も兼ねて体験会を開催。市内外から約60名が参加し、「お菓子を想像していたので驚いた。柚子の香りが口に広がり、味噌の味が濃厚。家でも作りたい」と好評だったそう。今回は市教育委員会の「地域の魅力発信講座」の一環として、出流山満願寺参拝と合わせて行われます。人気企画ですので、お申込みは早めに。(10/31募集締切)

判じ絵

さて、何と読む?



【ヒント】  
太平山が有名。11月中旬が見頃です。

江戸時代に庶民の間で大流行! 絵で解くなぞなぞ

お知らせ

現在 在発売中の人気グルメ雑誌「dancyu 11月号」の「ニッポン美味紀行」で、とちぎ江戸料理が紹介されています。ぜひご覧ください。

7月25日、栃木市内の学校給食担当者を対象に「とちぎ江戸料理」研修会を行いました。アドバイザーの冬木れい先生が講師を務め、あさりのすまし飯、鳥の濃漿汁など、江戸時代の献立8品の作り方を実演しながら紹介した後、全員で試食しました。馴染みの食材の意外な美味しさに反響も良く、子供たちが郷土の食文化や歴史に興味を持つきっかけになりました。



(サンブラザ 蔵の街弁当)

10月1日より、横山郷土館のランチプランがスタートしています。メニューは現在3店5種類からお選びいただけます。詳細はとちぎ江戸料理公式サイトでご確認ください。

とちぎ江戸料理提供店

市外局番は各店ともに「0282」	
赤城亭	2210360
油伝味噌田楽あぶてん	2213251
出流観光会(さくら)	3110919
稲安	9212019
岩下の新生姜ミニジヤム	2015533
魚宇	2210543
太平山飲食店組合(もじ庵)	2512388
お食事処かな半	2210108
かねふくストア	2211119
小江戸そば好古壱番館	2411188
サンブラザ	2315711
シーフードピアウス Fuji	2210618
じよりんぼ	2211093
寿司・そばちづか	3112376
栃木グランドホテル和食処四季	2211236
仲乃家	2311313
みかも茶屋	6211333
道の駅みかも	6210990
山本総本店	2214700
ヨシキリおばさん(湯沢みかも)	6210990
利久	2214557

本プロジェクトに参加し一緒に小江戸とちぎを盛り上げてくださる店舗・団体を募集しています。詳しくは観光振興課(21-2374)まで。

