

伝統の味

北海道のみそ料理!

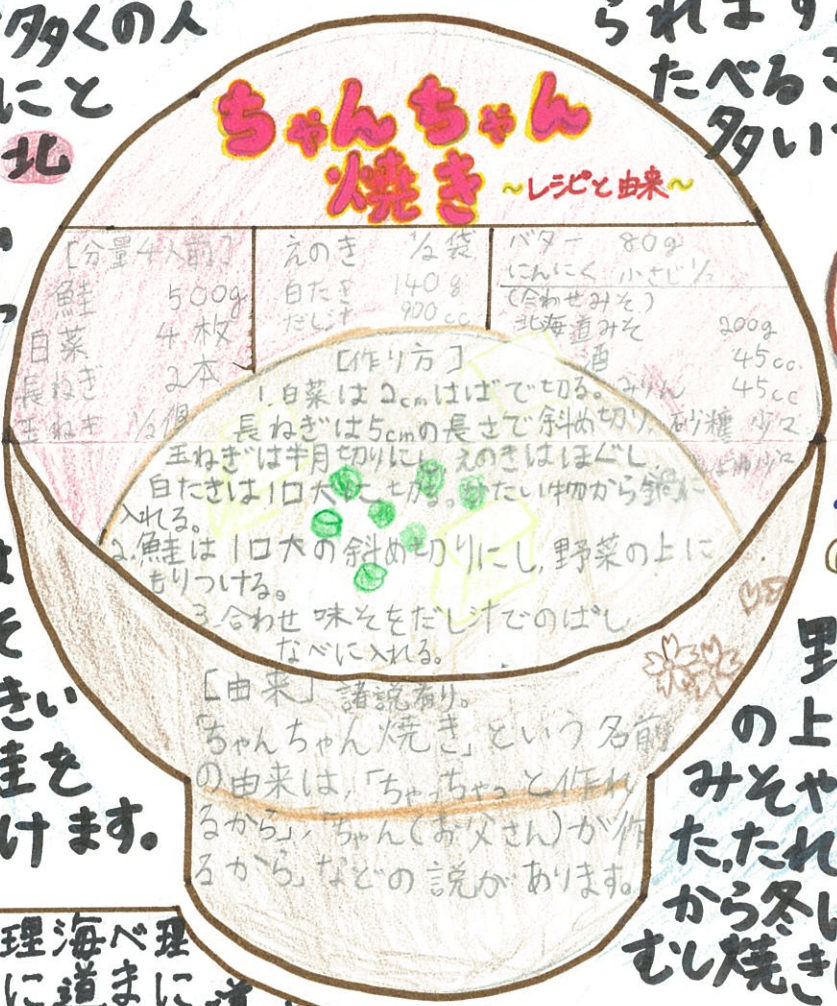
北海道みそ

石狩鍋

北海道のみそ料理新聞

北海道開拓の時、全国からたくさん的人口がおとすれ、それぞれの地域や文化の交流が行われました。その時に、みその交流も行われたそうです。甘いみそやからいみそなどがありました。多くの人の口に合うようにと作られたのが、北海道みそです。7色がなく、さっぱりしています。

サケ、イワラ等の魚海類、種類豊富な野菜が入った鍋です。たしは、カツオ節とこん布でとりまします。石狩地方を中心に、北海道全体で食べられます。冬に食べることが多いです。



まめちぎ! みそ汁の始まり
みそ汁は、かまくら時代に武士がみそをすすって食べながら始まりました。

ちゃんちゃん焼き

野菜やキノコ

の上にサアをのせ 北海道みそや白みそ、赤みそ等で作られたれで味つけをします。秋から冬にかけて食べられます。むし焼きにするのがコッたそうです。

大助のみそ漬
大助というのは魚の一種で、その名の通り大きい魚です。その魚を西京みそで漬けます。

みその作り方

材料(みそ1kg分)

- 大豆 350g
- 塩 140g
- 米こうじ 350g

- ①大豆を8~10時間水にひたし、水を取りかえて弱火でも時間ゆでる。
- ②大豆が簡単につぶせるくらいやわらかくなったら、ざるにあげ、つぶしてから冷ます。
- ③米こうじと塩120gをよく混ぜておく。
- ④②に③を加えしっかりと混ぜる。
- ⑤大豆の煮汁をまぜ、1つにまとめておく。
- ⑥おしつぶして空気をぬく。
- ⑦表面に塩をふり、ラップをする。ふたをして、半日ほどねかせる。

私には、この新聞で、北海道のみそ料理について、自分もその歴史や調理法について、調べてみたいと思います。

おわりに