



[あけびの油焼き]

Yamagata Local Foods,31

代表地区村山

材料

- あけび／中4個
- 砂糖／大さじ1・1/2
- 舞茸／80g
- みりん／小さじ1
- しめじ／70g
- 小麦粉、油／適量
- かんぴょう／25cmを5本
- 味噌／大さじ2

詰め物の中身は多様。各家庭ごとに工夫を凝らしたわが家の味がある。



作り方

- ①あけびの皮をきれいに洗って、水気をきる。
- ②キノコを洗って水気をきり、細かくさく。
- ③かんぴょうは水に浸し、塩でもんで、もどしておく。
- ④②を炒め、味噌、砂糖、みりんを加えて炒める。
- ⑤あけびの皮にうすく小麦粉をふる。余分な粉は払う。
- ⑥⑤に④をていねいに詰め、かんぴょうで結ぶ。
- ⑦フライパンに油を熱し、あけびを入れふたをし、時々かえしながら焼き上げる。
- 水分が多いと詰め物が出てしまうので、水気を十分にきっておく。

淡 い紫色のあけびの実は、秋に熟して縦に割れ、中に黒いツブツブの種を含んだ白い泡のような果肉があり、ほんのりとした柔らかい甘さがあります。

料理には肉厚の果皮を使い、中にキノコと味噌などを詰め込んで焼きます。詰め物は多種多様で各家庭ごとに工夫があります。挽き肉味噌などもよく、中身のうまみと甘さ、果皮の苦みがたいへんよく合います。具を詰めないで油焼きにしたものを、クルミ味噌や砂糖醤油で食べる人もいます。

中身が楽しみな、あけびの詰め物。