

No.	料理名	かしわ雑煮	
	(材料 1人分) もち 30g 鶏肉 30g だいこん 30g にんじん 10g 油あげ 3g	薄口しょうゆ 4g ほうれんそう 30g だし昆布 1g 煮干し 1g 水 150g	
(作り方) 昆布と煮干しでだしをとる。 鶏肉は細かく切り、だいこん、にんじんはいちょう切り、油あげは短冊切りにする。ほうれんそうは3cmくらいに切り、茹でておく。 鶏肉、だいこん、にんじん、油あげを に入れ、薄口しょうゆを加えて煮る。 にもちを入れ、やわらかくなったらほうれんそうを入れる。			

〔栄養価 エネルギー： 161kcal 蛋白質： 8.3g 脂質： 5.6g〕

かしわ雑煮

各家庭で正月に作られる雑煮は、家族の出身地の影響を受けることが多く、滋賀県の湖南や湖西では白味噌仕立てで丸餅、湖北はすまし仕立てで丸餅が多いようです。

しかし、人の交流が盛んになり、澄まし仕立ての「かしわ雑煮」も多くの家庭で作られています。

餅が丸いのは、欠けることのない円満さをあらわしています。

また、雑煮に入れる具も地域によって異なり、白味噌仕立ては里芋やにんじん、大根を入れるところもあり、すまし仕立てではかつお節だけのところや、大根、水菜などを入れるところもあります。

