日本の郷土料理

2月

うずみ

～広島県～

広島県献立例

- うずみ
- 煮じゃあ
- レモンゼリー

材料（1人分）

・むきえび	20ｇ	☆濃口醤油	少々
・鶏肉	30ｇ	・厚揚げ	50ｇ
・里芋乱切り	20ｇ	・刻みのり	少々
・にんじん	15ｇ	○かつおだし汁	125ｇ
★和風だし汁	25ｇ	○酒	15ｇ
★みりん	5ｇ	○みりん	3ｇ
★濃口醤油	5ｇ	○薄口醤油	3ｇ
・乾燥椎茸	1ｇ	・ご飯	150ｇ
☆椎茸の戻し汁	4ｇ		
☆砂糖	1.5ｇ		

作り方

1. 鶏肉は一口大、にんじんは5mmの銀杏切り、乾燥椎茸は水戻しをして千切り、厚揚げはサイコロ状に切る。えびを下茹でする。
2. 鍋に里芋、にんじん、鶏肉、★を入れて茹でる。火が通ったら下茹でしたえびを入れる。
3. 鍋にしいたけと☆を入れて煮る。
4. 厚揚げはサイコロ状に切り、フライパンで焼く。
5. 鍋に○を入れて火にかけ、タレを作る。
6. 茶碗に2,3,4を入れてご飯を乗せ、5のタレをかける。
7. ご飯の上に刻みのりを乗せて完成。

うずみとは??

広島県福山市の郷土料理です。

えび、鶏肉、豆腐、にんじん、里芋等を一口大の大きさに切り、出汁や醤油で味を付けて煮物にして、上からご飯を乗せた料理です。

「うずみ」の名前は「うずめる」が由来となっています。江戸時代に福山藩の藩主「水野勝成」が行った倹約政治では鶏肉やえびが贅沢品とされ、庶民は口にすることができませんでした。そこで具材を隠して食べるようになったのが始まりです。

学校給食でも提供されています。

広島県雑学クイズ！

○に入る広島県でお馴染の言葉は何でしょう？

Q1 広島県では一家に一本○○○○○ーソースがあります。業務用の1ℓサイズもスーパーで販売されています。

Q2 ○○○ーの真っ赤なユニフォームを着て駅やレストラン、百貨店などどこでも行きます。ユニフォームを着て出歩くのが普通！という感覚です。

Q3 広島の「鞆の浦」は万葉集にも詠まれるほど昔から栄えてきた港町です。数々の映画のロケ地としても使われています。ジブリ映画○○○○○○○のモデルにもなりました。

↓答え

Q1 オタフクソース Q2 広島カープ Q3 崖の上のポニョ

広島県ってどんなところ？

- 面積8478.16㎢ ※
- 人口約269.56万人※
- 厳島神社と原爆ドームは平成8年に世界文化遺産に認定されました。
- 宮島は日本三景に選ばれています。宮島にある厳島神社の鳥居は高さ16m、重さはなんと約60トンもあり、海に埋め込まれているのではなく自重で立って、雨・風に負けず倒れずに立ち続けています。

※広島県HPより

～食文化について～

お好み焼きはソウルフードとして県民に親しまれています。戦後アメリカから配給された少量の「小麦粉」を水で溶き、野菜を加えて焼いた“一銭洋食”が原形とされています。小麦粉と具材を混ぜない「重ね焼き」をすることと、具材に麺が入っている特徴があります。ソースは甘口で濃厚。好みに応じでマヨネーズをかけます。広島は鉄を扱う工場が多く、鉄板が比較的手に入りやすかったことからお好み焼屋が増えました。昭和50年代の広島カープ優勝の頃からガイドブックに掲載されるようになり、全国的に名が広まりました。

また、かきの養殖も全国的に有名で、室町時代から続いています。生産量国内第1位です。

温暖で台風の影響が少ない気候でレモンの生産も多く、生産量国内第1位。呉市や尾道市などの島を中心に栽培され、菓子や飲み物などの加工品も流通します。

また「もみじ饅頭」が有名です。広島県の県花であるもみじをかたどった饅頭で、宮島のお土産として人気があります。明治時代に旅館の和菓子職人が開発しました。