

新発見
おいしい
奈良

Vol.
26

大和丸なすとヤマトポークの揚げ出し

奈良の里山料理 ほうらんや (和食)

[材料] 4人分

| | |
|----------------------------|-------------------------------------|
| 大和丸なす | 2個 |
| ヤマトポーク(薄切り) | 12枚 (120g程度) |
| 片栗粉 | 適量 |
| 揚げ油 | 適量 |
| だし汁 | かつおだし 1カップ しょうゆ 大さじ2 みりん 大さじ2 |
| あしらい (とうがらし、大根おろし、糸かつお) | 適宜 |



〈作り方〉

- ①大和丸なすは皮をむき、縦に6等分する。ヤマトポークで丸なすをまき、はずれないように妻楊枝で止める。
- ②片栗粉を付けて180℃の油で3～4分ほど揚げる。
- ③あしらいとして大和丸なすの皮を千切りにしたものとうがらしを素揚げする。
- ④だし汁の材料を鍋に入れて一煮立ちする。
- ⑤妻楊枝を取った②を器に盛り、とうがらしを添え、だし汁をかける。大根おろしを天盛りにし、糸かつおをかけ、揚げた大和丸なすの皮をあしらう。

大和丸なす・
ヤマトポーク
はここで

ワン ポイント

*片栗粉の代わりに天ぷらの衣をつけて揚げたり、だし汁の代わりにぼん酢や塩で食べていただいてもおいしいです。



料理長 おぎの きみひろ
荻野 公宏 さん

〒 橿原市小房町11-5
(かしはら万葉ホール5階)

☎ FAX 0744-20-0701

URL www.houranya.jp/



奈良の里山料理
ほうらんや

地元の食材の味をストレートに表現することこだわったお店。大和牛を使った「里山バーグ」や季節の料理を桶に盛り込んだ名物料理「里山弁当」などが人気です。今回紹介したメニューは、「夏の彩り膳」(8月限定)の一品として味わえます。



店内の大きな窓からは雄大な山々が一望できます。

JAならけんファーマーズマーケット

まほろばキッチン



1,300名を超える出荷会員が登録される全国最大級規模の面積を有するファーマーズマーケット。野菜・果物・加工食品に加え、季節を彩る花々や、精肉コーナーも。

生産者の顔が見える、安全・安心な地場産農畜産物の「地産地消の輪」を広げていきます。

〒 橿原市常盤町605-1 ☎ 9:00～19:00

☎ 0744-23-1301

奈良のシェフが、奈良の食材で『ご家庭でできるレシピ』をお届けします。

〒 県マーケティング課 ☎ 0742-27-5427 FAX 0742-26-6211