

しかベタイムズは鹿部温泉観光協会が、鹿部の旬な食材や、鹿部の仕事に関わる魅力ある人、観光情報、鹿部の旬な情報などをお届けしていきます。



しかベタイムズ

私が担当しております!

鹿部温泉観光協会 金澤 佑



令和4年 8月 第14号 隔月発行

「町内清掃活動実施中」

鹿部温泉観光協会では、観光のお客様様に、そして、町内で暮らす皆様に快く過ごしていただけるよう清掃活動を実施しております。参加希望の団体または個人は、下記の連絡先までお問い合わせの上、是非ご参加ください。

・毎月第3土曜日 (4月~11月)
・8:00~

鹿部の今が旬な食材

ばばがれい

水深50m〜450mの砂泥地に生息。旬は卵を持つ冬とされ値も張るが、通年水揚げのある当町では、一年を通して親しまれている。醤油との相性が良く、火を通すことで、舌にのせると心地よくほじける身は、是非「煮付け」で味わいたい。ことわざで「夏座敷とカレーは縁側が良い」と、されているように、コーゲンたっぷりな縁側もまた格別な味わいである。



画 朝井 翔二さん (町内在住)

今月の旬な鹿部人 浜のかあさん 食堂表

ひらい えつこ 平井 悦子さん



こんなになくさんのお客さんに来てもらって、ここまで長く続けられるとは思っていませんでした。開店当初はごはんのスイーツを入れ忘れたり、お客さんに隣の方が煮魚が大きいと言われたりと色々ありました。そんな失敗の積み重ねの上に今があります。コロナ前までは毎年来てくれるお客さんも多く、家族のように迎え入れて交流を楽しんでおりました。鹿部町のお魚や私たちの料理を皆さん大変喜んでくれております。また皆さんが戻って来てくれる日を楽しみに、体力が続く限り、お店に立って鹿部町のお魚を宣伝したいと思います。

肉厚な身とトロトロの縁側が抜群。

「ばばがれいの煮付け」 今回のお料理は 浜のかあさん食堂

【材料】

ばばがれい切身5〜6枚、生姜適量 (煮汁)

水500ml、正油400ml、酒300ml、みりん300ml、砂糖大3、ザラメ大3、

【作り方】

- 1.ばばがれいの切身を用意、生姜は千切りにする。
- 2.(煮汁)を一煮立ちさせて、切身と生姜を入れ、落とし蓋をする。
- 3.身の厚さにもよるが、10分〜15分ぐつぐつ煮て完成。



【ポイント】

- ・煮込み過ぎず、身はふんわりと ・生姜を忘れずに
- ・煮汁は1度きりで処分せず、冷凍するなど再度使うことで、旨味が増します。衛生管理を徹底の上、お試しください。

