

| | |
|--------------|--|
| 料理名 | なすとじゃがいもとにしんの煮物 |
| 市町名 | 鯖江市 |
| 伝承料理の いわれ | 昔はにしんがよく出回っており家でとれたなすとじゃがいもを使って日常のメニューとしてよく作った。「ふるさと福井の味」福井県総合農政課内 福井県生活改善実行グループ1 |
| 材料 | 5人分 にしん 3本 水 2 1/2カップ じゃがいも 5個 醤油 1/2カップ なす 5個 砂糖 大3 |
| 作り方 | 1. にしんは米のとぎ汁に3時間つけておく。 2. なすは縦2つ割にしてきざみを入れて水にはなす。 3. じゃがいもは皮をむき、大きく切る。 4. 水、調味料、なすを鍋に入れゆっくり落としふたをして煮含ませる。 |