

料理名	なすのおひたし 
市町名	越前市
伝承料理の いわれ	子供の頃夏になると母が作ってくれたもので、ラジオ体操から帰って来ると食卓の上になすのおひたしがあり夏だなあ〜と感じたものです。
材料	2人分 なす 3本 醤油 適量 おろし生姜 大1 水 かつお節 適量 塩 一つまみ
作り方	1. なすはへたを取らずに洗っておく。 2. ナベに水と塩を入れ沸騰させ洗ったなすを丸のまま入れて茹でる（5～6分）上げてみて竹串がすーっとささったらOKです。 3. なすは流水で冷やして、へたを切り取り縦4ツ切りにして皿に盛る。おろし生姜、醤油をかけかつお節をのせる。